SADDHARMA

Tijdschrift over boeddhisme **Juni 1987**



In dit nummer

SADDHARMA- de Goede Leer - is het orgaan van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme. Het blad verschijnt viermaal per jaar.
Losse nummers: *f*. 3,--.

Redactie: I. den Boer, Storm van 's-Gravesandeweg 75, 2242 JD Wassenaar, dr. R.H.C. Janssen, Nico Tydeman, dr. H.F. de Wit.

De Stichting Vrienden van het Boeddhisme is sinds 15 december 1978 de voortzetting van de Stichting Nederlands Boeddhistisch Centrum die werd opgericht op 8 november 1967. De stichting is:

- een ontmoetingsplaats voor alle vrienden van het boeddhisme;
- niet gebonden aan een boeddhistische school of groepering; de verschillende richtingen die het boeddhisme kent, komen in haar publikaties en op haar bijeenkomsten aan het woord;
- geen religieus genootschap in de engere zin van het woord.

De Stichting Vrienden van het Boeddhisme wil diegenen verenigen - welke levensovertuiging of welk geloof zij ook aanhangen - die op enigerlei wijze belangstellen in het boeddhisme of zich daarbij betrokken voelen. Zij zijn als begunstigers van harte welkom.

Begunstigers ontvangen het tijdschrift Saddharma en brochures over onderwerpen die in het kader van het boeddhisme van belang zijn en die onder auspiciën van de stichting worden uitgegeven; zij hebben het recht deel te nemen aan de landelijke lente- en herfstbijeenkomsten.

Tevens wil de stichting, onder meer door het in stand houden van een bibliotheek, fungeren als documentatiecentrum over het boeddhisme ten behoeve van begunstigers en andere belangstellenden.

Secretariaat: W.J. Roscam Abbing, Eperweg 49-18, 8072 DA Nunspeet.

Mininum-donatie 1987: *f*. 30,--. (Echtpaar *f*. 40,--, stud. *f*. 20,--). Postgiro no. 1520022 t.n.v. penningmeester stichting Vrienden van het Boeddhisme, Nijmegen.

Brochures die nog verkrijgbaar zijn:
Grondbeginselen van het boeddhisme, door Tonny Kurpershoek-Scherft,
Natuurbehoud en milieubeheer: metta en karuna, door Victor Westhoff,
Inzicht en uizicht, twee opstellen over Zen, door Leo Boer,
Boeddhisme en psychologie, door Rob Janssen,
Oosterse meditatie en westerse psychotherapie, door Ada Herpst.
Prijs (incl. porto) *f*. 5,-- per exemplaar.

Tevens verkrijgbaar: het insigne 'Wiel van de Leer', met het woord Dharma, verguld.
Prijs (incl. porto) *f*. 17,50.

Bestellingen gelieve men te richten aan het secretariaat. Vermeldt s.v.p. duidelijk de titel van de gewenste brochure.

SADDHARMA

Jaargang 19, nr. 1 Juni 1987

REDACTIONEEL

ZELF, NIET-ZELF, IK: VERGEET HET!

Twee aansluitende beschouwingen in dit nummer van Saddharma betreffen het idee van een Zelf, een Ik, een ziel als permanente entiteit van de mens. Victor Westhoff wijst op het bedriegelijke ideale zelfbeeld dat ons verhindert, onszelf te zien zoals wij werkelijk zijn. Meditatie is in het boeddhisme het middel om dat egocentrische, krampachtige zelfbeeld af te breken, ons daarvan te bevrijden. Meditatie leidt tot inzicht, waardoor de knellende vraag: 'Hoe kan de Leer stellen dat er geen zelf bestaat, terwijl ik die onverantwoordelijke kern van mijn eigen persoonlijkheid toch al levenslang ervaar?' automatisch komt te vervallen.

De psycholoog Padmavajra benadert die vraag vanuit de boeddhistische opvatting over de persoon als een samenstel van vijf functies (khandha's). Alle vijf zijn ze aan verandering onderhevig. Er is nergens een permanente entiteit te bespeuren. De wereld bestaat uitsluitend uit een dynamisch proces van 'worden'. ''De primitieve mens ervaart zijn lichaam als het Zelf, de meer ontwikkelde vat zijn gevoelens of zijn gedachtenwereld als zodanig op. Maar de Boeddha beschouwt het lichaam noch de geest als het Zelf omdat hij de relativiteit ervan - dat wil zeggen de afhankelijkheid van andere 'dingen', het niet-absolute karakter - heeft doorzien".

Dit inzicht kan door denken, redeneren, naderbij worden gebracht. Maar de onwankelbare overtuiging van de waarheid van 'anatta', niet-zelf, kan slechts worden bereikt door meditatie. Daar doelt ook de zenmeester Dōgen op - aangehaald door Padmavajra - als hij zegt: "De boeddha-dharma bestuderen betekent het bestuderen van het zelf. Het bestuderen van het zelf betekent het vergeten van het zelf". Want voor de zenmeester betekent 'bestuderen': mediteren, en 'vergeten': achterlaten, zonder dat er een spoor overblijft.



MEDITATIE ALS KERN VAN DE LEER

door Victor Westhoff

Onlangs werd mij de vraag voorgelegd, of de mens volgens de Dhamma kan uitstijgen boven het rad van wedergeboorten, en zo ja, wat men zich daarbij dan moet voorstellen.

Een antwoord op een dergelijke vraag kan niet bestaan uit een verstandelijke redenering. Overpeinzing hiervan brengt ons tot inzicht in de betekenis van meditatie binnen en voor de boeddhistische levenshouding.

De waarheid en het inzicht van de leer van de Boeddha kan men zich niet louter langs verstandelijke weg eigen maken; evenmin kan men die verwerven door op gezag te geloven, want dat is er bij ons niet bij. De Dhamma is een levenshouding, geen geloof-op-gezag noch een redenering met ''bewijskracht''. Wie inzicht wil verwerven zal, uitgaande van de vier ''Edele Waarheden'' (ook wel ''Edele Beginselen'' te noemen), het Achtvoudig Pad moeten begaan, waarin ''de juiste meditatie'' even wezenlijk is als ''het juiste inzicht'', '' de juiste gezindheid'', ''het juiste spreken'', ''het juiste handelen'', ''de juiste wijze van levensonderhoud'', ''de juiste inspanning'' en ''de juiste opmerkzaamheid''. Zo levende zal men mede kunnen gaan inzien hoe men zich moet voorstellen dat de mens kan uitstijgen boven het rad van wedergeboorten.

De mens is intussen maar een mens, en het is weinigen gegeven, het Achtvoudig Pad consequent te begaan. Dit neemt niet weg dat wij zulks altijd weer opnieuw, geduldig en zonder wrevel of teleurstelling, gelijkmoedig en nederig zullen hebben te proberen.

In dit verband doemt gemakkelijk bij buitenstaanders een misverstand op, nl. de veronderstelling (die Westerlingen veelal blijken te koesteren) dat een boeddhist egocentrisch bezig zou zijn met het nastreven van zijn eigen heil. Wie dat meent, heeft in het geheel niet begrepen wat er met de schreden van het Achtvoudig Pad wordt bedoeld. Dat is in de eerste plaats een leven in aandachtige en liefdevolle dienst aan de naaste; en met die ''naaste'' wordt niet alleen de mens bedoeld (zoals bij de christenen), maar alle levende wezens. De juiste gezindheid, het juiste spreken, het juiste handelen, de juiste meditatie, en evenzo alle andere schreden, zijn alleen denkbaar als aspecten van mededogen, medeleven en medevreugde met allen die op onze weg komen.

Anders gezegd: wie egocentrisch bezig is met het nastreven van zijn eigen heil, kan maar van één ding zeker zijn, nl. dat hij, zó doende, dit heil nimmer zal bereiken.

Een kernpunt van de leer is de visie op ''anatta''en ''anicca''. ''Annatta'', het Pali-woord voor het Sanskritische ''an-atman'', wordt meestal vertaald als ''er is geen zelf''. ''Anicca'' (uitspraak: ''anietsja'') betekent:

"niets is duurzaam". Het laatste is gemakkelijker in te zien dan het eerste; het ligt mede ten grondslag aan een aspect van de Griekse filosofie (samen te vatten in de spreuk "panta rhei, ouden menei", "alles stroomt, niets beklijft", ten onrechte toegeschreven aan Heraclitus van Ephese, maar wel uit diens gedachtenwereld voortgekomen); en zelfs de oudejaarsavondpsalm van de christenen leert dat er niets bestendig is "hier beneên".

De anatta-leer is niet los te zien van de anicca-leer. "Anatta" wil nl. niet zeggen, dat er niet een kern van de persoonlijkheid zou zijn die men als "zelf" kan ervaren. We weten allemaal dat die er wel degelijk is. De anatta-leer bedoelt echter te zeggen dat dit "zelf" niet duurzaam is, niet eeuwig. Er is volgens onze leer dus ook geen eeuwige, onsterfelijke ziel. Met andere woorden: de boeddhist beschouwt de opvatting dat het door ons ervaren "zelf"eeuwig duurzaam zou zijn, als illusie.

Hindoeïsme

Ook in het hindoeïsme (ofwel brahmanisme) kent men de overtuiging dat de mens aan het rad van wedergeboorten kan ontstijgen. Daarvoor is het inzicht "tat tvam asi" nodig, "dat zijt gij", het woord uit de Upanishads waarmee wordt bedoeld dat de mens kan inzien dat Brahman (dus niet de god Brahma) en Atman, het scheppende wereldbeginsel en de eigen diepste wezenskern, in wezen samenvallen, één zijn. Volgens het brahmanisme blijft de mens daarbij echter "mens", persoonlijkheid, individu, afgegrensdheid. Volgens de leer van de Boeddha is dat niet het geval. Wie het hoogste inzicht heeft verworven, wie ingaat in het Nirwana, houdt op "individu" te zijn in de gangbare betekenis van dat woord, ook al blijft hij zolang hij op aarde vertoeft, voor andere mensen kenbaar als verheven menselijk wezen. Hij verdwijnt niet, hij gaat niet verloren (zoals in de "perennial philosophy" het lot is van de verdoemde zielen), maar er geschiedt iets dat we niet in rationele termen kunnen uitdrukken. In zeker opzicht ligt het voor de hand te zeggen: "Dan gaat hij op in een groter geheel", maar dat is een beperkte en gebrekkige rationalisatie van hetgeen er volgens de anicca-leer plaatsvindt. De Soetra's (de kern van de boeddhistische geschriften) formuleren dit als volgt:

"Dat de Volkomene aan gene zijde des doods bestaat, is niet juist. Dat de Volkomene aan gene zijde des doods niet bestaat, is niet juist. Dat de Volkomene zowel aan gene zijde.des doods bestaat als niet bestaat, is niet juist [1] . Dat de Volkomene noch aan gene zijde des doods bestaat noch niet bestaat, is niet juist [2]

---

[1] *Geciteerd uit J.A. Blok, "De boodschap van Gotama den Boeddha". M.i. is dit een vertaalfout voor: "Dat de Verhevene aan gene zijde des doods zowel bestaat als niet bestaat, is niet juist".*
[2] *M.i. een soortgelijke vertaalfout.*

Een antwoord op de gestelde vraag zou dus kunnen luiden: of ''de mens'' boven het rad van wedergeboorten kan uitstijgen, hangt er van af wat men onder ''de mens'' wil verstaan.

Om dit te kunnen inzien is een levensweg nodig, geen verstandelijke redenering. Voor inzicht in de aard van die levensweg is het wezenlijk, nader in te gaan op de zin van het mediteren. Het gaat ons nu niet om de techniek en de aard van de meditatie - die zijn slechts van belang voor de beoefenaren zelf, en voorts voor banale nieuwsgierigheid -, maar om de betekenis die meditatie heeft als schrede van het Achtvoudig Pad.

Nu is die zin van het mediteren voortreffelijk toegelicht in het artikel ''De hemel heeft geen centrum'' door Han F. de Wit in het vorige nummer van ''Saddharma''. Ten onrechte zou de lezer echter uit die beschouwing kunnen opmaken dat het daar gestelde kenmerkend is voor het Mahayana (de schrijver spreekt van ''de'' Mahayana, maar dat doet nu niet ter zake). In werkelijkheid heeft de uiteenzetting van Han de Wit een veel wijdere strekking; ze geldt voor alle boeddhistische meditatie, ja, naar mijn mening zelfs voor iedere meditatie die er werkelijk een is.

C.G. Jung

Als aanvulling, stellig niet als een poging tot verbetering van het betoog van Han de Wit, wil ik trachten, de zin van het mediteren op andere wijze te benaderen, en wel met behulp van de ervaringen en de begrippen van de dieptepsychologie. Ik wend mij daartoe niet tot de reductionistische psychologie van S. Freud, die alle ervaringen herleidt tot lust en onlust en die het onbewuste ziet als een uitdragerij van sexartikelen, maar tot de holistische psychologie van C.G. Jung, door de aanhangers ''analytische psychologie'' genoemd - een term die helaas kan leiden tot verwarring met de naam ''psycho-analyse'' die Freud aan zijn leer gaf.

Het menselijk bewustzijn ''drijft'' als het ware, als eilandjes, op de zee van het onbewuste. In het onbewuste zijn een persoonlijk en een collectief onbewuste te onderscheiden; hier houden we ons voornamelijk bezig met het eerste. Dat persoonlijk onbewuste maakt zich aan ons kenbaar door middel van dromen, soms van visioenen, maar in het dagelijks leven vooral door ogenschijnlijk onverklaarbare irritaties, onlogische handelingen, versprekingen en andere wanprestaties (''Fehlleistungen'').

De meeste mensen, en zeker zo goed als alle Europeanen en Noord-Amerikanen, houden er - op zichzelf terecht - een bepaalde moraal op na, bepaalde opvattingen over wat goed en slecht, behoorlijk en onbehoorlijk is. Volgens Han de Wit is hier niet alleen sprake van een (aangeleerde) moraal, maar van een ethiek die voortspruit uit ons wezen, uit onze Boeddha-natuur. Of we het daar al of niet mee eens zijn, doet er voor ons verdere betoog niet toe. Als gewone mensen (''l'homme moyen sensuel''

volgens onze redacteur), die wij allemaal zijn, ervaren we echter, dat onze gevoelens, emoties en driften lang niet alle in overeenstemming zijn met het ideale zelfbeeld dat onze moraal ons voorhoudt. Dit brengt ons er toe, alle psychische inhouden die we daardoor negatief en ongewenst achten, òf te onderdrukken - waarvoor een sterk karakter is vereist - òf naar het onbewuste te verdringen, d.w.z. ze niet langer in ons bewustzijn toe te laten. We ontkennen gewoonweg dat we óók zó zijn. We zijn verontwaardigd als iemand ons op onze (verdrongen) negatieve kant wijst; en hoe meer we verdrongen hebben, des te verontwaardigder worden we dan. Deze houding wordt treffend gekenmerkt door het gebed van sommige gereformeerden: ''Heer, ik dank U dat ik niet ben gelijk dezen''. Men kan dat nu wel huichelarij willen noemen, maar dat is niet terecht. Een huichelaar is zich er wel degelijk van bewust dat hij huichelt; maar hij (zij) die zijn (haar) negatieve kanten heeft verdrongen, handelt en spreekt in zekere zin oprecht, zij het vaak ''tegen beter weten in''.

Verdringing

Jung heeft duidelijk gemaakt, dat niet alleen het ethische ideaalbeeld tot verdringing leidt, maar ons hele gedragspatroon dat wij ontwikkelen om ons aan te passen aan wat de buitenwereld van ons verwacht; de moraal is daar slechts een deel van. Jung noemt dit aanpassingsgedragspatroon de ''persona'' (letterlijk: ''masker'').

In dromen komt deze verdringing het duidelijkst tot uiting. Dromen hebben een compenserende werking: ze tonen ons het tegendeel van wat het bewustzijn ons opdringt, en plegen daarbij te overdrijven. Wie zichzelf een wonder van goedheid acht, zal in zijn dromen een heel lelijke rol spelen, die hij na het ontwaken gaarne vergeet; wie altijd verstandelijk bezig is en met zijn neus in de boeken zit, kan dromen dat hij tussen twee nymfen door een liefelijk landschap slentert; wie gering over zichzelf denkt (''een minderwaardigheidscomplex heeft'', zoals dat heet) kan in zijn droom met de koningin converseren, het parlement toespreken of de uitvinding van de eeuw doen.

Tot dusverre enige feiten, zoals ze door Jung en diens leerlingen zijn vastgesteld en onder woorden gebracht (deze kennis omvat nog veel meer, maar dat moet hier buiten beschouwing blijven). Jung is echter verder gegaan. Als psychiater heeft hij zulke gegevens toegepast bij de behandeling van patiënten, en van daaruit heeft de analytische psychologie zich ontwikkeld tot een methode die ook van waarde is voor de levensweg van hetgeen men ''normale mensen'' pleegt te noemen (in werkelijkheid bestaan er geen ''normale mensen''). Jung noemt deze levensweg ''individuatie''. Deze bestaat uit bewustwording van steeds meer psychische inhouden die voorheen onbewust waren, en uit het terugnemen van de projecties die daarmee samenhingen. Anders

gezegd: individuatie is een weg tot zelfkennis, tot het zien van wezens, dingen en processen zoals ze werkelijk zijn, of, in boeddhistische termen, tot de vermindering van illusie. De daartoe aangewende methode is een speciale techniek van analyse van dromen, waarbij niet wordt gewerkt met reductie (''dit is niets anders dan ...''), maar met amplificatie (''dit kan nog heel veel meer inhouden, zoals ...''). Jung noemt de individuatie ook wel de weg tot bewustwording van het Zelf.

Nu kan ik mij indenken dat de lezer de wenkbrauwen fronst, zich herinnert dat de leer van ''anatta'' de ontkenning van duurzame individualiteit inhoudt, en de titel van het mooie boekje van dr. Kurpershoek, ''Er is geen zelf'' aldus interpreteert dat Jung zich vergist zou hebben. Stel u gerust; dat is slechts een kwestie van woorden. In feite is de leer van Jung geenszins met die van de Boeddha in strijd. Een begrip als ''het Zelf'' behoort tot de categorie van ''grensbegrippen'' (zoals Jung ze noemt), waarover men moeilijk in rationele termen kan spreken zonder misverstand op te roepen. Herman Hesse laat de Boeddha aldus tot Siddhartha spreken: ''Laat ik u mogen waarschuwen voor de doolhof der meningen, voor de strijd om woorden''.

Onaandoenlijk

Wat heeft dit alles nu met meditatie te maken?

Meditatie leidt ertoe - althans op de duur - zichzelf te aanvaarden zoals men is. In de meditatie verdringt men niets. De gedachten, gevoelens, emoties, die opkomen en loskomen, laat men voorbijtrekken, men beschouwt ze onaandoenlijk, laat er zich niet door hinderen of ergeren; men keert, geduldig en onverzettelijk, steeds weer terug tot het object van de meditatie. Hierdoor worden op de duur de persona en het egocentrische, krampachtige zelfbeeld afgebroken. Wanneer men zichzelf gaat aanvaarden zoals men is, en zijn verdrongen kanten niet op anderen (slachtoffers, zoals levenspartner, ouders, kinderen, collega's of zogenaamde vrienden) hoeft te projecteren, gaat men ook de wereld zien zoals ze werkelijk is. Dan wordt het woord van Romain Rolland bewaarheid: ''Ware heldenmoed is, de wereld te zien zoals zij is en haar toch lief te hebben''; echter met dit verschil, dat de in meditatie ervarene zulks geenszins ervaart als ''heldenmoed'', maar als een natuurlijk en spontaan uitvloeisel van de begane weg.

Hoewel het voor de goede verstaander overbodig zal zijn, moet hieraan ter voorkoming van misverstand worden toegevoegd dat ''zichzelf aanvaarden zoals men is'' geenszins is bedoeld als vrijbrief voor het waanidee dat nu alles geoorloofd zou zijn, of als een excuus voor onaanvaardbaar gedrag onder het motto ''ik ben nu eenmaal zo''. Onze ethiek, en ons daaruit voortvloeiende geweten, tonen ons duidelijk wat goed en wat kwaad is, en hoe wij daarnaar hebben te spreken en te handelen.

Men zou die met het Achtvoudig Pad bedoelde ethiek als volgt kunnen samenvatten: het is onze taak en onze weg, het lijden van andere wezens èn van onszelf zoveel mogelijk te verminderen en zo min mogelijk te vermeerderen. ''Zichzelf aanvaarden zoals men is'' wil zeggen , zichzelf zo goed mogelijk kennen, de negatieve aspecten van de eigen persoon onder ogen zien, en die niet verdringen, noch bagatelliseren, noch erdoor ontmoedigd raken, maar steeds weer opnieuw proberen de juiste schreden te zetten.

Meditatie leidt daarbij tevens tot inzicht. Ogenschijnlijke paradoxen, zoals de kwellende vraag: ''Hoe kan de leer stellen dat er geen zelf bestaat, terwijl ik die onveranderlijke kern van mijn eigen persoonlijkheid toch al levenslang ervaar?'', lossen zich vanzelf op in een dieper weten. Doordat men zichzelf beter leert kennen, breekt men ook de muur af tussen zichzelf en de ander. Dit is een algemene uitwerking van meditatie; niet voor niets lezen we in het theosofische boekje ''Licht op het pad'': ''Dood alle gevoel van afscheidenheid''.

Dit laatste kan ook doen inzien dat meditatie het mededogen, het medeleven en de medevreugde met andere wezens vergroot, ja, op de duur ''oneindig'' maakt. Wie mediteert, is niet alleen bezig met het eigen heil. Mocht dit toch zo zijn, dan deugt die meditatie niet. Dit is een van de redenen waarom meditatie zonder enige leiding riskant is; dat wil natuurlijk niet zeggen dat men niet alleen zou kunnen of mogen mediteren, maar wel, dat althans nu en dan, een zekere mate van ''contrôle'' door een meditatie-leraar gewenst is. Zo kan worden vermeden dat pseudo-meditatie leidt tot versterking van het zelfgevoel, tot een triomfantelijk:''Kijk eens, ik mediteer, hoe verdienstelijk ben ik toch!''.

Zo eindigt onze meditatie telkenmale met de uitspraak, die men rustig een ''bede'' kan noemen: ''Mogen alle wezens gelukkig zijn; mogen alle wezens zonder lijden zijn; mogen alle wezens volkomen bevrijd worden''.

(Er is mij wel eens gevraagd waarom wij spreken van ''wezens'' en niet van ''schepsels''. Het antwoord is dat wij er niet van uitgaan dat een Schepper de wezens heeft geschapen. Wij ontkennen dat geenszins, maar het valt buiten hetgeen wij door inzicht kunnen weten).

De leer verstandelijk bestuderen zonder daaraan meditatie te verbinden, brengt het risico met zich mee dat men steeds meer zijn ''lagere zelf'' gaat verdringen, omdat dit niet past in de voorstelling die men zich maakt van een verlicht wezen. Hoe beter men denkt de leer te begrijpen, des te onuitstaanbaarder wordt men dan voor zijn omgeving. C.G. Jung citeert in dit verband de vrome christen Drummond, die zich erover beklaagde dat hij, en vrome lieden in het algemeen, altijd zo'n slecht humeur hebben. Geen wonder, aldus Jung: wie zichzelf een voortreffelijke persona aanmeet, oogst daarvoor ''reizbare Laune''.

Zo gezien is meditatie de meest essentiële schrede van het Achtvou-

dig Pad. Wie niet in staat is zichzelf te aanvaarden en daarvan uit te gaan, wie alle eigenschappen verdringt die niet in het door hemzelf geschapen ideale beeld van zichzelf passen, die wordt telkens door zijn onbewuste terechtgewezen, en die zal, ondanks alle, vaak vertwijfelde pogingen, er niet in slagen het juiste spreken, het juiste handelen, de juiste gezindheid en de juiste opmerkzaamheid te betrachten, laat staan het ware mededogen en de medevreugde.





IK, ZELF EN BEWUSTZIJN: BEGRIPPEN ALS HEILSMIDDEL

door Padmavajra

Met de termen 'Ik', 'Zelf' en 'bewustzijn' worden begrippen aangeduid die tot de meest essentiële behoren in het boeddhisme en in de wijsgerige anthropologie, die de wijsgerige grondslag van de psychologie uitmaakt. Daarnaast zijn het woorden, die iedereen in het dagelijks leven makkelijk in de mond neemt. Het woordje 'ik' gebruiken wij honderden malen per dag: het komt voor in vrijwel elke zin die we uitspreken en in bijna alle gedachten die we produceren. Als we dan nog bedenken dat bijna alles wat we doen, rond dit 'ik' draait, dan blijkt wel hoe belangrijk dit begrip zowel expliciet als impliciet in ons leven is.

De termen 'Ik', 'Zelf' en 'bewustzijn' zouden kernbegrippen moeten zijn in dat gedeelte van de psychologie dat als 'persoonlijkheidsleer' wordt omschreven. Slaan we er echter de leerboeken van de persoonlijkheidspsychologie op na, dan blijkt dat aan deze termen relatief weinig aandacht wordt besteed. In de wijsgerige antropologie vinden we er heel wat meer verwijzingen naar. Hoe komt dit?

Het ziet er naar uit dat we hier stuiten op begrippen die ons psychisch functioneren zo intens raken, dat we er betrekkelijk weinig distantie van kunnen nemen. Om wetenschap te bedrijven moeten we echter het object van onze studie op een zekere afstand houden. Dit lukt ons met ons 'Ik' of met ons 'bewustzijn' maar zeer ten dele. Hoe kan het subject zichzelf tot object maken? Is dit niet even onmogelijk als jezelf aan je eigen haren uit het moeras trekken? Het is niet verwonderlijk dat de oudste wetenschap de astronomie is. Het observeren van datgene wat het verst van ons verwijderd is en over deze observaties speculeren, is klaarblijkelijk veel gemakkelijker dan ons wetenschappelijk bezig houden met wat ons het meest nabij is. De natuurwetenschappen, die de wereld buiten ons bestuderen, zijn daarom veel ouder dan de wetenschap die het psychisch functioneren van de mens als object van studie heeft: de psychologie.

In 1879 opent Wundt een laboratorium in Leipzig. Daarmee laat men meestal de geschiedenis van de psychologie beginnen. Deze wetenschap is dus pas een eeuw oud. Zij heeft zich losgemaakt uit de schoot van de filosofie, die wel veel aandacht had besteed aan het 'Ik' van de mens, zij het dan dat hier voornamelijk ging over wat men 'ziel' pleegde te noemen. Sinds Aristoteles zijn hier vele tractaten aan gewijd in het Westen. Maar van een werkelijke 'wetenschap' van de ziel wat er nog geen sprake voor 1879.

Wonderlijk is evenwel dat, toen de psychologie als wetenschap ontstond, vrijwel ogenblikkelijk het begrip 'ziel' uit het woordenboek van de

jonge wetenschap verdween. Ook het begrip 'bewustzijn' was slechts een kort leven beschoren. Psychologie was niet meer de leer omtrent de ziel, maar de 'leer van het gedrag' (behaviour). De belangrijkste stroming was daarom lange tijd het zogenaamde 'behaviourisme'. Alleen het uiterlijk waarneembare gedrag werd als object van studie toegelaten. Wat er 'innerlijk' in de mens omging, telde niet, behalve voor zover het naar buiten kwam in de vorm van woorden (spreekgedrag), bewegingen (motoriek) of emoties (veranderingen van de hartslag, ademhaling, pupilgrootte e.d.). Kortom, alles wat we konden weten, zou slechts zijn gebaseerd op exacte metingen van gedrag.

Eén doel

Psychologische theorieën in het boeddhisme zijn niet louter theoretische speculaties. Zij staan voortdurend ten dienste van één doel: de mens inzicht geven in zijn existentie, die wordt gekenmerkt door de ervaring van leed en frustratie (dukkha). Naast het vaststellen van de oorzaak van het leed wordt ook een methode aangegeven om het lijden te beëindigen. De boeddhistische psychologie heeft dus een duidelijk diagnostisch en therapeutisch aspect: zij is primair op het heil van de mens gericht.

De Boeddha ontkent het bestaan van een permanente entiteit in de mens. Wat in zijn tijd ātman (Zelf) werd genoemd, heeft voor de Boeddha geen betekenis. De menselijke 'persoon' is in zijn leer een psychofysisch complex (nāma-rūpa), dat bestaat uit vijf 'khandhas' (letterlijk: groepen, aggregaten, functies). Nāma heeft betrekking op de vier nietmateriële functies; dit zijn vedanā (gevoelens), saññā (zintuigelijke gewaarwordingen, beelden, ideeën, begrippen, voorstellingen e.d.), sankhārā (strevingen, disposities, mentale constructies, 'Bildekräfte', 'vormsels') en viññāna (bewustzijn) - de vertalingen van de Pali-termen geven slechts een benadering aan van de oorspronkelijke betekenis, die waarschijnlijk in diverse contexten niet dezelfde is. De term rupa (vorm) heeft betrekking op de vier grote elementen: het uitgebreide (aarde), het cohesieve (water), het energische (vuur), het beweeglijke (lucht) en de materiële vorm die uit deze elementen is samengesteld.

Er bestaat volgens deze psychologie een wederzijdse afhankelijkheid van nāma (geest) ten opzichte van lichaam (rūpa). Alle mentale verschijnselen worden begrepen in het licht van causale wetten of beter gezegd: alle psychische en fysische verschijnselen worden geconditioneerd door andere verschijnselen van psychische of fysische aard. Ieder bewustzijnsmoment wordt bepaald door een voorafgaand bewustzijnsmoment en het bepaalt op zijn beurt weer een volgend bewustzijnsmoment. Het bewustzijn bestaat dus uit een dynamisch continuüm. Soms wordt erover gesproken als een 'bewustzijnsstroom' (viññāna sota), een

term die 2500 jaar later door de Amerikaanse psycholoog James zou worden gebruikt om de aard van ons innerlijk aan te duiden. Deze bewustzijnsstroom wordt vaak vergeleken met een stel apen die snel van de ene tak naar de andere slingeren. Een andere vergelijking is die met een vuur, dat zolang brandt als er brandstof is.

Aan het bewustzijn kan in de boeddhistische psychologie een bewust en een onbewust aspect onderscheiden worden. Daarin ligt een punt van overeenkomst met Europese diepte-psychologie. Het onbewuste draagt emotioneel geladen herinneringen, die zelfs langer dan één leven blijven bestaan. Dit zou ons hier brengen tot een behandeling van de theorie der wedergeboorte, ware het niet dat dit thema ons te ver van ons onderwerp zou afbrengen. Er zijn hier raakvlakken met wat Freud het archaïsch erfdeel van de mens en wat Jung het collectief onbewuste noemde.

Khandha's

De termen vedanā, saññā sankhārā en viññāna zullen wij nu aan een nadere beschouwing onderwerpen. Deze 'khandha's' moet men niet beschouwen als afzonderlijke functies, die geïsoleerd werken. In feite is het zo dat ieder van de khandha's aanwezig is in ieder bewustzijnsmoment. Zij kunnen worden beschouwd als aspecten of beter misschien 'dimensies' van ieder bewustzijnsproces.

De affectieve dimensie in het bewustzijn wordt vertegenwoordigd door 'vedanā', dat wil zeggen: gevoel. Onze psychische ervaringen zijn aangenaam, onaangenaam of neutraal. Gevoelens worden voorts ingedeeld in lichamelijke en geestelijke gevoelens. Bovendien worden ze in verband gebracht met de zes zintuigen (het denk-orgaan wordt ook als een zintuig opgevat). Zo zijn er dus gevoelens met betrekking tot het zien, horen, ruiken, tasten, proeven en denken. We zien hier duidelijk de op de concrete ervaring gerichte oriëntatie van de boeddhistische psychologie. Aangename gevoelens wekken hechting aan objecten op en latente zinnelijke lust. Onaangename gevoelens wekken latente haat op.

Degene die zijn hartstochten wil bedwingen, moet drie tendenties, die met deze gevoelens in verband staan, vernietigen: 1. de tendentie tot hechten bij aangename gevoelens; 2. de tendentie tot afkeer bij onaangename gevoelens; 3. de tendentie tot onwetendheid bij neutrale gevoelens. (De categorie van de neutrale gevoelens en de daarmee corresponderende onwetendheid lijkt meer een logische constructie dan een psychologische realiteit). Interessant is de ethische dimensie, die bij de gevoelens onderscheiden wordt: er zijn aangename gevoelens ten gevolge van zintuigelijke ervaringen en aangename gevoelens die ontstaan ten gevolge van meditatie en andere geestelijke oefeningen. Ook deze laatste dienen uiteindelijk overwonnen te worden!

Vaak wordt 'saññā' vertaald met waarneming. Ook spreekt men wel

van conceptuele activiteit (begripsmatig denken). Misschien is wel de beste omschrijving: voorstelling, zoals door professor Vetter in Leiden voorgestaan. In psychologisch vakjargon zou men de term 'cognitie' kunnen gebruiken. Het gaat hier namelijk om alle activiteiten, die met denken, voorstellen, waarnemen te maken hebben.

De nu volgende begrippen sankhārā en viññāna zijn dieper geworteld in de levensstroom dan de vorige. Zij zijn ook verantwoordelijk voor de continuïteit in het psychische gebeuren - ook voor de continuïteit na de dood.

Met sankhārā worden de wilsactiviteiten in verband gebracht, maar ook alle onbewuste disposities; deze kunnen van lichamelijke aard zijn (b.v. de dispositie tot ademen of wandelen), maar ook van verbale aard (manier van spreken, communiceren met anderen) of van cognitieve aard (manier van denken, cognitieve stijl). Bovendien wordt sankhārā gebruikt in de betekenis van conditioneringen: al onze opvattingen, ideeën, waarde-oordelen over mens en wereld. Dingen en gebeurtenissen zijn op zichzelf neutraal, maar wij hechten er een oordeel aan, nemen er een houding tegenover aan in positieve of negatieve zin.

Elke keer wanneer wij worden geconfronteerd met dezelfde situatie of dezelfde persoon wordt eenzelfde gedragspatroon innerlijk of uiterlijk geactiveerd. De sankhārās zijn als het ware de zandbanken in onze bewustzijnsstroom: steeds weer wordt de rivier daar op karakteristieke wijze door zijn bedding geleid - met vertraging, versnelling, omwegen of anderszins. Zandbanken zijn moeilijk te verplaatsen. Zo zijn ook onze vastgewortelde overtuigingen en opinies en vastgeroeste gedragspatronen en karaktereigenschappen moeilijk te veranderen. In de keten van 'voorwaardelijk onstaan' wordt ons geleerd dat door de vernietiging van de sankhārās ook de onwetendheid wordt vernietigd, die de enige belemmering vormt voor het bereiken van de Verlichting.

Viññāna is bewustzijn, dat wil zeggen een reactie die een van de zes zintuigen als basis heeft - er is dus gezichtsbewustzijn, gehoorsbewustzijn enz. - en één van de zes externe fenomenen als object: licht, geluid enz. Wanneer één van de zes zintuigen in aanraking komt met één van de objecten, dan slaat er als het ware een vonk over en ontvlamt er een 'bewustzijn'(smoment) dat ogenblikkelijk weer verdwijnt om plaats te maken voor een volgend viññāna. Eigenlijk kan men dus niet van een bewustzijn spreken, maar van een voortdurend bewust *worden*. Bewustzijn wordt ook wel omschreven als 'gewaar zijn', namelijk van datgene wat zich hier en nu voordoet aan de geest (citta). Bewustzijn kan men dan zien als een spiegel, waarin alles zich reflecteert wat er vóór wordt gebracht.

Deze analyse van de menselijke persoon lijkt op het eerste gezicht vanuit een wetenschappelijk perspectief misschien wat primitief. Doet zij niet sterk denken aan de opdeling van de menselijke geest in 'denken', 'voelen' en 'willen', zoals in vóór-wetenschappelijke tijden sedert Aristoteles gebruikelijk was? Op deze vraag valt het volgende te antwoorden: het gaat hier niet primair om een wetenschappelijk vertoog over de aard van de menselijke persoonlijkheid. De theorie dient een practisch doel; zij wil tonen dat er bij de analyse van ons psychisch apparaat geen Ik valt aan te treffen en dat een aannemen van het bestaan van een onveranderlijke kern (Ik, Zelf) leidt tot het ontstaan van allerlei vormen van verlangen (begeerte), die door de Boeddha worden aangewezen als de bron van alle ellende. In de tweede preek die de Boeddha houdt wordt dit al duidelijk (Vinaya I,13):

> Het lichaam, monniken, is niet het Zelf. Als het lichaam het Zelf was, dan zou het niet lijden met zich meebrengen en zou men over het lichaam macht kunnen hebben en zeggen: 'Laat mijn lichaam zó zijn. Laat mijn lichaam niet zó zijn'. Maar, monniken, omdat het lichaam niet het Zelf is, daarom brengt het lichaam lijden met zich mee, en heeft men geen macht over het lichaam, zeggende: 'Laat mijn lichaam zó zijn, laat mijn lichaam niet zó zijn!'

Eenzelfde redenering wordt nu toegepast op de gevoelens, de cognitieve functie, de vormkrachten en het bewustzijn. Steeds wordt door de Boeddha beklemtoond dat geen van deze aspecten van de persoonlijkheid het Zelf zijn. Elders zet de Boeddha deze leer uiteen in termen van 'Ik-waan', die wellicht voor ons begrijpelijker zijn. Wij kennen immers allen de neiging om ons met ons lichaam te identificeren en bijvoorbeeld te denken: 'Ik ben lang', of ons met ons gevoel te identificeren en te denken:'Ik voel mij vandaag in een goed humeur'. Ten aanzien van de waarneming kunnen we menen: 'Ik zie een boek'. Met betrekking tot de disposities kan men de gedachte koesteren: 'Ik ben opvliegend van aard'. Met ons bewustzijn voelen we ons waarschijnlijk nog het meest identiek. De Boeddha vindt deze gedachten heel begrijpelijk, maar wijst ze niettemin van de hand. In Samyutta Nikāya XXII, 90 lezen we:

> Evenzo, vrienden, spreek ik niet over het "Ik ben" als het lichaam of als het gevoel enz. Niettemin zie ik, dat ik in deze vijf groepen de idee van "Ik ben" heb; toch zie ik niet dat ik dit "Ik ben" ben. Hoewel, vrienden, een edele leerling de vijf lagere ketenen heeft vernietigd, blijft er in hem toch een subtiel overblijfsel van de vijf groepen aanwezig, een subtiel overblijfsel van de Ik-waan, van het "Ik ben"-

verlangen, van de op de loer liggende neiging om ''Ik ben'' te denken, die niet van hem is verwijderd. Enige tijd later mediteert hij over het ontstaan en het ophouden van de vijf groepen, aldus overwegend: 'Zó is het lichaam, zó is het ontstaan van het lichaam, zó is het ophouden ervan. Zó is het gevoel, zó is het ontstaan ervan en het ophouden ervan. Zó is de cognitie.... enz.' Daar hij op deze wijze mediteert over de vijf groepen wordt nu het subtiele overblijfsel van de ''Ik ben''-waan, van het ''Ik ben''-verlangen, van die op de loer liggende neiging om ''Ik ben'' te denken, die nog niet was verwijderd - dat overblijfsel wordt nu verwijderd.

Dan voegt hij nog twee kenmerken toe aan dat van niet-zelfheid of egoloosheid (anattā), namelijk veranderlijkheid (anicca) en leedvolheid (dukkha). In Vinaya I,14 spreekt de Boeddha de volgende woorden:

-Nu, wat denken jullie, monniken, is het lichaam blijvend of niet blijvend?
-Niet blijvend, Heer.
-En wat niet blijvend is, is dat nu lijden of geluk?
-Lijden, Heer.
-Maar wat vergankelijk, lijden en veranderlijk is, kan men dat zo beschouwen: 'Dit is van mij, dit ben ik, dit is mijn Zelf'?
-Zeker niet, Heer.
(Ook gevoelens, cognitie, drijfkrachten en bewustzijn worden nu op gelijke wijze aan een analyse onderworpen).
-Een edele leerling die dit heeft geleerd en, monniken, alles op deze manier beschouwt, krijgt afkeer van het lichaam, afkeer van gevoelens, afkeer van cognitie, afkeer van drijfkrachten, afkeer van bewustzijn. Wanneer hij zo afkeer krijgt, begeert hij niet meer. Wanneer hij niet meer begeert, wordt hij bevrijd. Zodra hij bevrijd is, rijst de kennis op: 'Er heeft bevrijding plaatsgevonden' en hij weet: 'Vernietigd is wedergeboorte, ten einde gebracht is het rechtschapen leven, gedaan is mijn taak, er is geen terugkeer meer naar deze wereld'.

Zowel in deze tekst als in andere teksten wordt geen rechtvaardiging gegeven van de opdeling van de menselijke persoon in vijf groepen (khandha's). De hele pointe van de preek is er echter op gericht aan te tonen dat de vijf groepen waaruit het individu is samengesteld, veranderlijk zijn en niet door de mens naar believen kunnen worden gevormd. Daarmee komt het salutaire element tevoorschijn, waar de hele dialoog naar toe leidt: het gevoel van afkeer voor de vijf groepen, dat resuleert in bevrijding. Deze 'afkeer' van de vijf groepen moet men echter niet op negatieve wijze interpreteren als een poging tot onderdrukking of vernietiging van alle zintuigelijkheid en zinnelijkheid. Als dat het doel was, zou

de Boeddha in het Indriyabhāvanasutta (Majjhima Nikāya III,152) niet hebben geleerd dat cultivering (bhāvana) van de zintuigen betekent: ze zodanig trainen en ontwikkelen dat externe prikkels geen verwarring aanrichten. De goed getrainde leerling heeft zijn zintuigen onder controle; als hij iets ziet, zal hem dat behagen of niet behagen (of geen van beide), maar hij zal (idealiter) niet zijn gelijkmoedigheid van geest (upekkhā) verliezen. Als onderdrukking het doel van de training was, zou een dove of een blinde zijn zintuigen goed hebben ontwikkeld, zegt de Boeddha in het genoemde sutta niet zonder humor.

Omwenteling

Het moge duidelijk zijn dat deze leer een complete omwenteling betekent van alle conventionele opvattingen over de menselijke persoonlijkheid en dat het negatieve karakter van zijn formuleringen bijdraagt tot de moeilijkheden die de doorsnee-mens afschrikken. Voor hem immers houdt de anattā-leer in de vernietiging van zijn Ik, van zijn persoon, zoals de leer van de veranderlijkheid, van de niet-bestendigheid het uiteenvallen van zijn wereld beduidt. Maar veranderlijkheid ontkent niet het bestaan der dingen, evenmin als de idee van niet-zelf het niet bestaan van een 'zelf' inhoudt, maar alleen het niet bestaan van een *permanent* zelf. Anders uitgedrukt: we kunnen geen enkel aspect van onze persoonlijkheid (geen van de vijf groepen, in de taal van de Canon) identificeren met een Zelf. Uitspraken over het al dan niet bestaan van een Zelf zijn metafysische uitspraken en die deed de Boeddha niet, omdat hij ze niet heilzaam achtte. Zo zette hij uiteen dat er zes verkeerde gezichtspunten mogelijk zijn met betrekking tot het Zelf (Majjhima Nikāya I,8):

> Voor mij is er een Zelf; *voor mij is er geen Zelf;* juist door het Zelf ben ik mij bewust van het Zelf; juist door het Zelf ben ik mij bewust van het niet-Zelf; juist door het niet-Zelf ben ik mij bewust van het Zelf; wat ook maar voor mij dit Zelf is, dat spreekt, dat ervaart en weet, dat nu hier dan daar de vruchten van zijn goede en slechte daden plukt - dit is het Zelf voor mij, dat blijvend, stabiel, eeuwig, niet onderworpen aan verandering is en voor altijd overeind zal blijven staan.

De Boeddha verklaarde dat door het koesteren van zulke gedachten de mens niet wordt bevrijd van geboorte, ouder worden, sterven, ziekte, kommer en kwel. Vele eeuwen later zal ook Nāgārjuna in zijn Mūlāmadhyamikakārikā (XVIII, 6) uiteenzetten dat de Boeddha zowel een Zelfleer als een niet-Zelf-leer heeft onderwezen:

> Zowel 'er is een zelf' is onthuld als 'er is geen zelf' is geleerd; door de Boeddha's is ook geleerd 'er is in het geheel geen zelf noch een niet-zelf'.

Volgens Candrakirtī, in zijn Prasannapadā-commentaar op Nāgārjuna, betekent dit vers dat de uiteindelijke leer van de Boeddha is, dat er noch een Zelf noch een niet-Zelf bestaat, omdat beide slechts subjectieve verzinsels zijn. (Vgl. Murti, The central philosophy of Buddhism, p.207). Waarmee hij wilde stellen dat de Boeddha boven dergelijke metafysische tegenstellingen stond, omdat de uiteindelijke Werkelijkheid ofwel de Leegte vrij is van begripsmatige constructies. De Boeddha gaf zijn medicijn in overeenstemming met de behoefte van de 'patiënt': sprak hij met een nihilist, dan wees hij op de continuïteit van het karma, waarmee het bestaan van een Zelf wordt gesuggereerd; sprak hij met iemand die geloofde in een onveranderlijke, substantiële atman, dan verkondigde hij het niet-Zelf als tegengif.

In feite is het juist de anattā-idee, die de mogelijkheid garandeert van groei en ontwikkeling van de persoonlijkheid. Juist omdat het Ik of het Zelf geen *absolute* grootheden zijn, wijzen zij de beperking aan die het individu zichzelf oplegt in overeenstemming met het niveau van zijn rijping. De primitieve mens ervaart zijn lichaam als het Zelf, de meer ontwikkelde vat zijn gevoelens of zijn gedachtenwereld op als zodanig. Maar de Boeddha beschouwt het lichaam noch de geest (gevoelens, strevingen, gedachten) als het 'Zelf', omdat hij de relativiteit ervan - dat wil zeggen de afhankelijkheid van andere 'dingen', het niet-absolute karakter - heeft doorzien.

Dynamisch

De idee van veranderlijkheid (aniccatā) maakt de wereld niet minder reëel. Er wordt mee uitgedrukt dat de wereld uitsluitend uit 'actie' bestaat, een dynamisch proces van 'worden'. Nergens is stagnatie, nergens beperking. Niets is constant. In plaats van een wereld vol dode dingen toont de Boeddha ons een levende kosmos, die zijn tegenhanger vindt in het bewustzijn van ieder individu en zijn focus in ieder atoom. Ieder moment is niet een afgescheiden deel van de tijd, maar bevat de eindeloosheid van de tijd in zijn geheel. Daarom vinden wij in onszelf de eeuwigheid, die ons juist ontzegd zou worden wanneer we haar zouden zoeken in de fantastische visie van een eeuwige wereld, een eeuwige hemel of een paradijs. Ook Jezus zei dat het Koninkrijk der Hemelen *in* ons is. Christenen hebben niet altijd naar die woorden geluisterd!

Wie het Pad van de Boeddha wil volgen, moet alle idee van 'Ik' en 'mijn' opgeven. Dit opgeven maakt ons niet armer; het maakt ons juist rijker omdat wat we opgeven en vernietigen, juist de muren van onze gevangenis zijn. Wat we winnen, is een immense bevrijding, die niet moet begrepen worden als een onderscheidsloos samenvloeien met een diffuus geheel of een onbestemd gevoel van eenheid en verbondenheid met anderen. Bij behoud van individualiteit weet men zich echter verbon-

den met en verantwoordelijk voor al wat bestaat. Van een stervende conifeer in de Alpen tot een hongerend kind in de Derde Wereld. Maar ook delen wij spontaan de vreugde die er is in het bestaan van mens en dier.

De moraal van dit verhaal lijkt dat het weinig zin heeft ons bezig te houden met problemen rond het al dan niet bestaan van een Ik, een Zelf. Maar kunnen we het laten? Voor ons, onverbeterlijken, heeft niemand minder dan Dôgen een opbeurende gedachte:

> De Boeddha Dharma bestuderen betekent het bestuderen van het Zelf. Het bestuderen van het Zelf betekent het vergeten van Het Zelf. Het vergeten van het Zelf betekent verlicht worden door alle dingen.





UIT DE SUTTA-NIPATA: OVER DE BEGEERTE

De Sutta-Nipāta (Bloemlezing van Leerredes) behoort tot de oudste delen van de boeddhistische canon. Dit blijkt o.a. uit het feit dat er in de Canon zelf op vele plaatsen naar verwezen wordt. Het is een verzameling van leer-gedichten die in korte en bondige vorm essentiële elementen van de Dharma bevatten. Het gaat daarbij niet om theoretische verhandelingen, zoals de anattā-leer, de keten van voorwaardelijk ontstaan en dergelijke klassieke thema's, maar over de *mens* die aan de Dharma in zijn eigen leven vorm wil geven. Hoe streng de raadgevingen ook mogen zijn, het doel is steeds hem de weg te wijzen naar de vrijheid, naar het hoge ideaal van de 'heel geworden' mens. Het beeld dat ons hier in de talloze gedichten wordt geschilderd, is dat van de 'muni', de zwijger. Hoewel er in het oude India vele voor-boeddhistische asceten waren die een zwijggelofte aflegden, was de boeddhistische 'muni' wel woordarm, maar niet stom. Hij beperkte zijn spreken tot het meest noodzakelijke. Vooral schuwde hij filosofische debatten waarbij men in eindeloze discussies de tegenstander van de eigen opinie trachtte te overtuigen.

De'muni'gaat zijn eigen, eenzame weg. Hij is een stille denker, een zwijgzame monnik, die zelfgenoegzaam is en in zichzelf gekeerd. Hij wendt zich af van de banaliteit van deze wereld, maar staat open voor de edele vriendschap wanneer hij een geestverwant op zijn steile pad ontmoet. Hij schuwt gewoonten, zelfs de gewoonte om de Boeddha te zien en zijn leer te horen. Hij wijst iedere opinie af, ook de leer van de Boeddha, wanneer men deze vastlegt in vaste formules en stellingen. Sommige boeddhologen zien in de gedachten die zijn neergelegd in de Sutta-Nipāta, een voorloper van de Mādhyamika-filosofie en Zen.

Wellicht vindt de lezer de aanwijzingen die in deze sutta's worden gegeven te streng, niet geschikt voor iemand die in deze tijd leeft, of alleen goed voor monniken die zich van de wereld hebben afgekeerd. Dit is een begrijpelijke gedachte, maar men kan daar tegenover stellen dat een hoog, wellicht onbereikbaar ideaal een stimulans kan betekenen om een meditatief vraagteken te zetten bij het gedrag van onszelf en onze omgeving. Ook wanneer wij slechts bij tijd en wijle een enkele stap kunnen (willen?) zetten op het steile pad naar de vrijheid, dat deze sutta's ons tonen, dan hebben deze teksten reeds ruimschoots hun nut bewezen. Wanneer we echter de inhoud als te moeilijk verwerpen, dan zouden we ons toch nog eens achter de oren moeten krabben bij het lezen van Udāna V,6:

> En de Verhevene verhief zich ten tijde van de nachtelijke schemering en richtte tot de eerwaarde Sona het verzoek: "Wees zo vriendelijk en draag de monniken de Leer voor." "Zo zij het, Heer," antwoordde de

eerwaarde Sona de Verhevene en hij droeg alle zestien delen van de Atthaka met luide stem voor.

Hieronder volgt het eerste sutta uit de Atthaka-Vagga, het hoofdstuk bestaande uit zestien sutta's, die meestal acht (Pali: attha) versregels bevatten. In de volgende afleveringen van Saddharma zal steeds weer een sutta, direct vertaald uit het Pali, worden opgenomen.

BEGEERTE

Wanneer hem, het begeerlijke begerend,
hetzelve ten deel valt,
is een sterveling blij gestemd,
verkregen hebbend wat hij wenst.

Worden de begerende, vol van verlangen,
zijn begeerlijkheden ontnomen,
dan is hij getroffen en gekwetst,
als door een pijl doorboord.

Wie aanlokkelijks vermijdt,
als met de voet een slang,
hij overstijgt, immer bewust,
dit hangen aan de wereld.

Veld, goederen, goud of vee,
paarden en bedienden,
vrouwen, vrienden enzovoort,
wie najaagt al dit verlangen

Hem overweldigt het, in schijn onschuldig;
echte gevaren verpletteren hem.
Aldus overspoelt hem leed
als water een lekkende schuit.

Laat daarom steeds de mens bewust
vermijden al wat lokt;
het opgevend, kruist hij de vloed,
het schip voortdurend hozend,

En bereikt zo de andere oever.

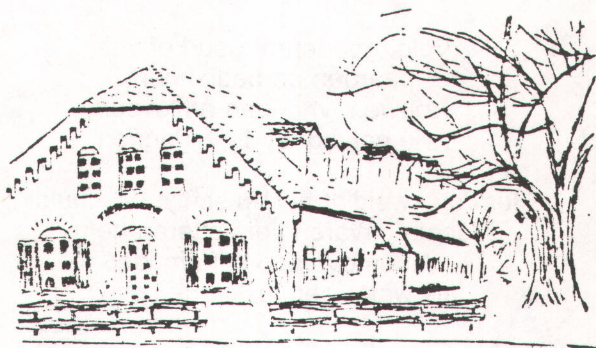
(Vert. Ananda en Padmavajra)

OPTIMISME BIJ ZEN-OEFENPLEK THERESIAHOEVE

Na een financieel moeilijke periode gaat het de laatste twee jaar beter met het zen-meditatiecentrum Theresiahoeve in Langenboom (N.Br.). Voorzitter Coos van Heuven heeft de donateurs laten weten dat 1986 met een batig saldo is afgesloten. ''De belangstelling voor zen en de behoefte aan intensieve en langere zen-trainingen blijft merkbaar groeien. Vooral is er een groeiend aantal mensen die de weg naar de Theresiahoeve weten te vinden om voor een kortere of langere periode het leven op de hoeve te delen.''

De vraag naar de meditatiekussens en -bankjes en de meditatiekleding, die op de hoeve worden vervaardigd, in aanzienlijk. Vorig jaar is begonnen met ambachtelijk boekbinden. Theresiahoeve levert uit eigen binderij nu fraaie blanco notitieboeken en -boekjes in gemarmerde band. Bovendien wordt in opdracht bindwerk verricht, bijvoorbeeld het inbinden van tijdschriften.

Ook de sesshin die de Theresiahoeve geregeld organiseert (zie de Boeddhistische Agenda in dit nummer van Saddharma) betekenen door het ruime aantal deelnemers een financiële steun in de rug voor het meditatiecentrum. Niettemin blijven donaties van sympathisanten broodnodig, aldus Coos van Heuven.



● ● ● UIT DE BOEDDHISTISCHE TIJDSCHRIFTEN ● ● ●
door W.J. Roscam Abbing

Wie belangstelt in een hieronder genoemd artikel kan contact opnemen met de redactie van het tijdschrift waarin het artikel voorkomt.

Boeddhayāna, 9, 10, 11 en 12.
Boeddhayāna Centrum, Stephensonstraat 13, 2561 EP 's-Gravenhage.

Verreweg de grootste bijdrage, getiteld Discipelen, in nr. 9 gaat over het leven van de beide hoofddiscipelen van de Boeddha: Sāriputta en Mahā-Moggallāna. Niet alleen wordt in grote trekken het leven van deze beide volgelingen van de Boeddha geschilderd, het artikel bevat ook vele leerreden.

Een episode uit het leven van Mahā-Moggallāna wil ik U niet onthouden, n.l. die waarin hij stierf. Sāriputta kon rustig sterven in de kamer van het huis waarin hij was geboren; Moggallana stierf onder de handen van moordenaars die hem doodknuppelden. Waarom moest zo'n voortreffelijk mens als Moggallana was, een dergelijke ellendige dood sterven? En dan ontstaat bij mij een gedachtenassociatie: waarom moest de Boeddha, die toch alleen maar goed heeft gedaan, zo'n hevige aanval van dysentrie doormaken? Waarom moest Jezus, die toch ook een goed mens moet zijn geweest, de kruisdood sterven?

Bij Moggallāna weten wij het antwoord op die vraag. Deze monnik herinnerde zich dat hij, vele levens eerder, de dood van zijn ouders had veroorzaakt; dit doodgeslagen worden had hij zich dus zelf op zijn hals gehaald. De gevolgen van alle heilzame en onheilzame daden zijn onontkoombaar (wet van karma, de 100% rechtvaardige wet). Hier, bij Moggallāna, is de zaak duidelijk, dat weten wij uit de overlevering. Maar zou de pijnlijke ziekte van de Boeddha, het ellendige sterven van Jezus niet analoog zijn te verklaren?

Alstublieft, gooit u mij nu niet voor de voeten dat de werking van karma niet zo simpel is te verklaren. Ik weet heus wel dat een van de dingen waarover wij, naar des Boeddha's woorden, niet moeten piekeren, de werking van karma is. Maar toch, hebt u zich nooit eens afgevraagd waarom het leven van zeer goede mensen - zelfs dat van de Boeddha - niet alleen over rozen is gegaan? U weet nu zo ongeveer het antwoord: ''onverwerkt karma'' (met mijn excuses voor deze kille kreet, maar u begrijpt wat ik bedoel).

''De discipline voor de boeddhistische leek'', een artikel geschreven door Soma Thera, en de bijdrage van Chao Khun Pannananda over ''Het niet vasthouden'' (van het ik en van alles wat mij hier op aarde toebehoort) staan in nr. 10.

In nr. 11 kunt u een korte levensbeschrijving vinden van Meester

Genshin (942-1017) onder de titel ''Deze moeder en deze zoon'', en in nr. 12 de openingstoespraak van de maandretraite april 1987 door Ācariya Dhammawīranātha, getiteld ''Uzelf leren kennen''.

Buddhistische Monatsblätter. 1987, nr. 1, 2 en 3.
Buddhistische Gesellschaft Hamburg, e.v., Beisserstrasse 23, D - 2000 Hamburg 23.

L. Stützer schrijft in nr. 1 over ''Das rechte Streben''. Alle levende wezens streven naar geluk en verafschuwen leed. Door onwetendheid is ons oordeel over wat ons wel of niet gelukkig maakt, nogal eens onjuist: wij zoeken het geluk door te streven naar en ons vast te klampen aan dat wat onderworpen is aan vergankelijkheid. Het tot rust komen van deze bezitsdrang naar vergankelijk geluk valt ons echter niet als een geschenk in de schoot. In de Anguttara-Nikāya IV, 14 (vertaling door Nyanaponika) wordt gewag gemaakt van vier worstelingen, n.l. het gevecht om te vermijden (van de invloeden die ontstaan door de werking van de zes zintuigen), het gevecht om te overwinnen (de begeerte, de haat, de onheilzame dingen), het gevecht om te ontplooien (de oplettendheid, het doorgronden van de werkelijkheid, de wilskracht, de geestvervoering, de rust, de concentratie, de gelijkmoedigheid) en het gevecht tot behoud (van een gunstig onderwerp dat de concentratie bevordert).

De schrijver waarschuwt tegen de tegenwoordig nogal eens geuite mening dat de mens zich moet kunnen uitleven in zijn gedachten, wensen en verlangens en die vooral niet mag verdringen, want anders zou die mens complexen en neurosen krijgen. Neen, zegt de auteur, observeer - in de meditatie - al uw onheilzame gedachten en verlangens, dan verdwijnen zij.

Tot slot een citaat. ''De wens naar volmaaktheid schept nog geen volmaaktheid, maar zij beïnvloedt de richting (waarin wij moeten gaan). Het streven naar wijsheid is reeds wijsheid''.

Peter Voltz schrijft in zijn bijdrage ''Die Satzung nur achtend, die Satzung ehrend'' over de behartiging van de voornemens die zijn genoemd in de vijf sila's. Die voornemens dienen zo volledig als maar mogelijk is ten uitvoer te worden gebracht en niet maar een beetje. Want ook een beetje verlangen om de mug die ons lastig valt, dood te meppen, iets onbelangrijks toch maar te nemen hoewel het ons niet is gegeven, enz. enz., is onjuist en veroorzaakt vroeger of later problemen. Het gaat niet om meer of minder, het gaat om een volledig loslaten van dat wat niet deugt. En dat nú, niet straks, want het is ondenkbaar dat een mens in staat is lang gekoesterde gewoonten af te leren als de dood nadert.

Het eerste artikel van nr. 2, ''Gewalt gegen Menschen - Buddhismus und Frieden'' is geschreven door E. Sass. De schrijver toont aan dat het zo goed mogelijk ten uitvoer brengen van de voornemens, vervat in de vijf

sila's, de belangrijkste bijdrage is voor het verkrijgen van een vredig gemoed. Als wij onze innerlijke gewelddadigheid beginnen te doorzien en vervolgens bij stukjes en beetjes gaan verminderen, dan leveren wij een bijdrage aan de wereldvrede die niet hoog genoeg kan worden gewaardeerd. ''Door de leer van de Boeddha weten wij dat het geen eenvoudige zaak is om werkelijk vredelievend te zijn. Zijn wij niet juist gisteren nog uit ons vel gesprongen toen ons een boos woord werd toegevoegd? (.......) Welk een verborgen geweld ligt alleen al in de stijfhoofdigheid van de mens die zegt: dit alleen is de waarheid, al het andere is onzin; ìk heb gelijk, jíj hebt ongelijk. (.......) Praten over vrede is altijd begrensd en heeft geen betrekking op de vrede die de Boeddha onderwees. Wie over vrede beraadslaagt, draagt reeds de kiem van de volgende strijd bij zich''.

Guido Auster vraagt zich af: ''Wie lebt ein Buddhist?'' Als antwoord zou de schrijver geneigd zijn te zeggen: normaal. Maar dat blijkt wat voorbarig te zijn. Bepaalde werkzaamheden zal hij niet verrichten, b.v. handelen in wapens, levende wezens, vlees, bedwelmende dranken. Hij zal trachten de algemeen geldende regels van de ethiek na te komen. Maar hij zal ook iets typisch boeddhistisch doen, n.l. de leerreden van de Boeddha lezen. Het bestuderen van boeddhistische geschriften is wezenlijk anders dan b.v. de bijbel- of koranstudie. De woorden van de beide laatst genoemde boeken worden door de gelovigen als door God gegeven en dus verbindend aangenomen (over de exegese wordt dan - helaas - gekibbeld). De boeddhistische geschriften, de woorden van de Boeddha, moet u kritisch lezen, die mag u aannemen of verwerpen; immers de Boeddha heeft vaak gezegd: ''Alleen wanneer ge zelf inziet: dit is heilzaam, dit is juist en strekt tot voordeel en geluk, - aanvaard het dan en houd u er aan'' (Anguttara-Nikāya I, 189-190). Zie in dit verband ook blz. 8 van de vertaling van de Dhammapada door dr. A.C.M. Kurpershoek-Scherft, (De Driehoek, Amsterdam, ISBN 90-6030-412-8).

De schrijver merkt op dat ook de boeddhist elke dag duizenden malen wordt beïnvloed. Maar de volgeling van de Boeddha zal trachten deze invloeden en hun uitwerkingen te analyseren. En wel de invloeden die optreden ten gevolge van de vier rampzalige krachten: begeerte, haat, vrees en verblinding. Hij zal niet alleen trachten zich van deze invloeden te bevrijden, maar sterker nog, hij zal proberen om in zijn leven de liefdevolle goedheid, het medevoelen, de medevreugde en de gelijkmoedigheid tot uitdrukking te brengen.

Nr. 3 begint met een artikel van Paul Dahlke: ''Der Buddhismus und das Problem der Physik''. Dit opstel is in 1926 geschreven en dus bepaald niet meer up to date; wel is het interessant te bemerken hoe ook reeds in de jaren twintig het besef aanwezig was dat de moderne wetenschap en het boeddhisme niet met elkaar in strijd zijn.

Uit een bijdrage van Lama Anagarika Govinda ''Ein tibetischer Buddhist betrachtet das Christentum'' wil ik slechts één punt onder uw aan-

dacht brengen, hoewel er veel meer belangwekkends in staat.

De schrijver vraagt zich af waarom het werk van de christelijke zendelingen of missionarissen in Tibet zonder resultaat is gebleven. Lama Govinda komt tot de slotsom dat de verkondigers van de christelijke leer de verheven gedachten van de lama's niet konden en wilden begrijpen. Zij hielden zich te veel bezig met hun priesterambt en hun zendingswerk, en met pogingen om hun, door mensen gemaakte dogma's aan hun toehoorders op te dringen.

Paul Debes schrijft in zijn artikel ''Steht hinter allen Religionen die gleiche Wahrheit?'' over de parabel van de olifantspoten, verteld door Sāriputta. De monnik vergeleek de leer van de verhevene met het spoor van een olifant die de grootste poten heeft van alle dieren. Daarom dekt en omvat dat spoor alle indruksels van welke andere dieren dan ook. Evenzo omvat de leer van de Verhevene alles wat dienstig is voor het heil van de mensen. Elke heilzame leer die, wanneer dan ook, door een stichter van een religie is verkondigd, is steeds slechts een deel van de waarheid die de Boeddha ons heeft meegedeeld. Deze gedachte wordt in de bijdrage verder uitgewerkt en toegelicht.

E. Gerson haalt in zijn ''Gedanken über den (Pāli-) Buddhismus'' voor de boeddhistisch denkende mens vele oude koeien uit de sloot. Echter, ook oude koeien zijn levende wezens, en dus waardevol! Van de veertien in de bijdrage genoemde gedachten wil ik er twee memoreren.

De Boeddha noemt als een van de grootste hindernissen op de weg naar de hoogste kennis de ''hang naar veelweterij''. Dit, omdat deze hang de mens steeds weer afvoert van het achtledige pad. Wie erop staat onoplosbare vragen tòch beantwoord te zien, moet een keuze maken uit de volgende drie mogelijkheden:

- tot het geloof terugkeren, b.v. in de schoot van een kerk die dergelijke vragen met dogma's beantwoord,
- waanzinnig worden, zoals vermoedelijk Nietzsche, of
- de moeizame, maar verkwikkende weg gaan die de Boeddha heeft gewezen en geduldig wachten tot die schijnbaar onoplosbare vragen zijn opgelost als de mens zijn doel, de verlichting, heeft bereikt.

En de tweede gedachte betreft de volgende woorden van de Boeddha: ''Ik heb zelf ervaren, innerlijk doorleefd, kennis door inspanning verworven. Ik ben bereid, u de weg naar het doel te wijzen, maar gaan moet u hem zelf, ik kan slechts wegwijzer zijn. Geloven is niet voldoende''.

Der Kreis, nr. 182.
Ordenssekretariat AMM, Ven. S. Thielow, Zum Rebösch 26, D - 7770 Ueberlingen.

Het eerste artikel, 'Buddha und die Macht der Sprache', is van de hand van Lama Anagarika Govinda en geschreven in 1924. Deze bijdrage is nog zeer leesbaar, hoewel zij ruim zestig jaren geleden werd geconcipieerd. De schrijver constateert dat wanneer iemand een boek of artikel leest, de mens dan verwacht iets nieuws te gaan lezen en wel zonder veel omhaal van woorden. In tegenstelling hiermee is het grootste deel van des Boeddha's redevoeringen. Die beogen niet in de eerste plaats iets nieuws mee te delen, maar zij hebben tot doel de toehoorders voor te bereiden op een staat van grote ontvankelijkheid voor het mysterie van de meditatie. De Boeddha formuleerde de inhoud van zijn ideeën in slechts enkele fundamentele stellingen. De Boeddha was meer dan een filosoof of een man van de extacte wetenschap; hij wist dat het hoogste en het laagste, evenals het innerlijk doorleven nooit in dorre, alledaagse woorden, maar alleen in een kunstwerk bevroed en beleefd kunnen worden en aldus een directe invloed op het menselijke gemoed kunnen gaan uitoefenen. Zoals in een lied de tekst en de muziek samengaan, zo gaan in de leerreden van de Boeddha de inhoud en de opbouw van de zinnen samen. Daarom is het te begrijpen dat de redevoeringen van de Boeddha op zijn volgelingen zo'n diepe indruk maakten dat zij in hun geheugens werden geprent en daardoor eeuwenlang door recitatie konden worden overgeleverd.

In 'Vom historischen Buddha zum Mahāyāna' toont H.W. Schumann aan dat de ontwikkeling van de Therāvāda (Pāli-boeddhisme, Hīnayāna) tot het Mahāyāna zich niet langs de paden der geleidelijkheid heeft ontwikkeld, zoals vaak wordt aangenomen, maar met schokken, langs talrijke breuklijnen en herinterpretaties.

De Boeddha heeft zijn leer samengevat in de vier edele waarheden en tevens geconstateerd dat alles in de wereld, dus ook de mens, drie kenmerken heeft: vergankelijk te zijn (annicca), vol leed te zijn (dukkha) en geen zelf te hebben (anattā).

Dan volgen, in de loop der tijden, in het denken vijf stappen, die van het Hīnayāna tot het Mahāyāna voeren. De eerste stap is dat het adjectief leeg met betrekking tot de persoon wordt gewijzigd in het substantief leegheid. De tweede stap trekt uit de identiteit van die leegheid met het absolute de conclusie dat die leegheid ook de verlossing is. De derde stap bestaat uit de constatering dat de mensen in hun leegheid allen met elkaar één zijn; immers, de leegheid bezit geen substantie en laat zich dus niet opdelen. Uit deze genoemde stappen volgt de vierde: het besef dat de mens zijn verlossing niet zelf kan en behoeft te bewerken, maar dat hij reeds verlost is; alleen, hij is zich dat niet bewust. De laatste stap

is de verklaring dat de onwetendheid ons bindt aan de kringloop van wedergeboorten. Volgens de schrijver kent het Hīnayāna ook het begrip onwetendheid, maar dat is een tekort aan wijsheid van het verstand; het Mahāynāna daarentegen kent de transcendente, alles omvattende wijsheid, die een beleving van het één worden met de absolute werkelijkheid is. Het artikel eindigt met vele, van toelichtingen voorziene afbeeldingen van de vijf transcendente Boeddha's en Bodhisattva's.

Yāna, 39-6 en 40-1 en 2.
Altbuddhistische Gemeinde e.V., Zur Ludwigshöhe 30, D - 8919 Utting a.A.

Dr. Erwin Gams schrijft in nr. 6 over 'Erfahrungen und Anleitungen zur Meditation'. Een waardevol artikel, niet alleen voor hen die eigenlijk niet precies weten hoe een meditatie dient te verlopen, maar ook voor diegenen die al geruime tijd mediteren; want de laatstgenoemden zullen na het lezen toch enkele nieuwe gezichtspunten hebben ontdekt. Of - en dat is ook zeker mogelijk - zij zullen zich weer bepaalde aanwijzingen of opmerkingen herinneren die zij vroeger eens hebben gehoord, maar die zij zijn vergeten.

Het artikel begint met een beschouwing over het uiteindelijke doel dat een volgeling van de Boeddha voor ogen staat, te weten het bereiken van het nibbāna. Daarna komen enkele algemene gezichtspunten betreffende de meditatie aan de orde. Deze monden uit in de conclusie dat zonder mediteren het bereiken van het sotāpannaschap niet mogelijk is.

Vervolgens bespreekt de auteur eerst de uiterlijke voorbereiding tot de meditatie, d.w.z. hij geeft een aantal, vaak van toepassing zijnde raadgevingen, die echter afhankelijk zijn van o.m. de ouderdom, de gezondheidstoestand, het temperament en de reeds verkregen ervaring van de mediterende.

In het algemeen geldt wel dat de beste tijd om te mediteren ná het morgentoilet en vóór het ontbijt is. De gemiddelde tijd van een meditatie bedraagt ca. een half uur; is deze tijdsduur door bepaalde omstandigheden te lang, dan zijn tien minuten natuurlijk beter dan helemaal niet te gaan mediteren. Bij meditaties die langer dan ca. drie kwartier duren, zal het goed zijn om halverwege de meditatie een tiental minuten lopend te mediteren. De beste houding is de z.g. lotuszit, echter, vele westerlingen zullen genoegen moeten nemen met een houding die deze zit het meest nabij komt, zoals de kleermakerszit. Natuurlijk, als de lichamelijke conditie ook die zit niet toelaat, is rechtop zittend op een stoel, zonder te leunen, ook goed. De hoofdzaak is, dat een ontspannen houding wordt aangenomen.

Dan komt de innerlijke voorbereiding aan de orde. Allereerst dienen wij ons af te vragen: wat is er terecht gekomen van onze voornemens

die zijn genoemd in de vijfvoudige regel van goed gedrag (sīla's) en in hoeverre hebben wij gevoelens van liefde, mededogen, medevreugde en gelijkmoedigheid (de brahmavihāra's) ontwikkeld?
Het is goed om na dit onderzoek de toevluchtname tot de drie juwelen en b.v. het Mettā-sutta te overwegen.

Vervolgens wijdt de schrijver enkele alinea's aan het begrip concentratie. Waarom lukt het ons soms - vaak? - niet ons te concentreren? Daarvoor verantwoordelijk zijn meestal de z.g. vijf hindernissen: zinnelijke begeerten (het steeds weer iets willen of wensen), ergernis en afkeer, traagheid en matheid, onrustigheid en twijfelzucht. Door het veredelen van de zeden en door het steeds weer oefenen van het geconcentreerd denken zijn deze vijf hindernissen voor een groot deel te overwinnen.

Tot slot volgt een bespreking van de verschillende meditatie-objecten. Zo komen onder meer aan de orde het geconcentreerd observeren van de ademhaling (een van de vier 'pijlers' van de satipatthāna), de meditatie om alledaagse problemen op te lossen, de meditatie over annattā, over de brahmavihāra's, over nibbāna.

Ik wil aan het bovenstaande graag nog enkele opmerkingen toevoegen. Misschien vraagt u zich af waarom ik dit artikel zo uitvoerig behandel. Nu, het is mij gebleken dat velen die pas sinds kort het boeddhisme hebben leren kennen, niet goed weten hoe je moet mediteren. Wellicht geven bovenstaande woorden een kleine hulp. Natuurlijk kunt u beter het artikel lezen. Of een goed boek over dit onderwerp bestuderen.
Dan mag ik u wijzen op het werk van Dr. Kurpershoek, 'Mediteren - waarom en hoe' (Deventer, ISBN 90-202-4544-9). Ik kan u nog vertellen dat het bestuur van onze stichting bezig is met de voorbereiding van een brochure over te mediteren. Zodra het geschrift uitkomt, krijgt elke donateur een presentexemplaar toegestuurd.

Overigens: ook wandelende of zittende in de natuur - bos, heide, bergland, noemt u maar op - kunt u goed mediteren. Zocht ook de Boeddha niet steeds een aangename plaats op om te vertoeven, in een bos, aan de rand van een beek? Is het niet de bedoeling van meditatie om een juist inzicht te krijgen in de vier edele waarheden, of, om het nog korter te zeggen, een volledig inzicht in het leed en de beëindiging van het leed te verkrijgen?
Een volledig inzicht, inderdaad. Dat is niet alleen langs verstandelijke weg te verkrijgen, daarvoor is ook de meditatie noodzakelijk. Hoe en wanneer u mediteert, al die uiterlijke vormen zoals tijdsduur, houding, meditatie-onderwerpen, eventuele riten, zijn in wezen van secundair belang. Zij kunnen goede hulpmiddelen zijn, akkoord, maar meer niet. Het verkrijgen van het inzicht in de werkelijkheid, daar gaat het om. Tussen twee haakjes, maar wel met een uitroepteken er achter: dit is mijn mening, u hoeft het er helemaal niet mee eens te zijn!

De volgende bijdrage, geschreven door mevrouw Chr. Schoenwert, is getiteld: 'Ueber die letzten Dinge des Menschen'. Een lezenswaardig artikel, zowel voor de bejaarde - want zijn dood is nabij - als ook voor de jonge mens - misschien is zijn dood ook nabij; zo niet dan kan hij zich gaan bezinnen hoe hij moet handelen bij een sterfbed.

Zeer terecht wijst de schrijfster op het feit dat alle mededelingen van klinisch gestorven mensen die gereanimeerd zijn, berichten zijn die betrekking hebben op belevenissen van personen die nog niet waren gestorven.

Op de keper beschouwd is dood gaan het uiteenvallen van de vijf groepen die onze persoonlijkheid vormen. Maar zolang de mens niet beseft dat deze groepen hem niet wezenlijk toebehoren, zal het sterven hem angst en leed brengen. Hoe sterker de mens is gehecht aan deze vijf groepen, des te groter zijn zijn angst voor de dood zijn. Echter, bedenk wel, de mens is in zijn wezen, zijn kern, d.w.z. zijn Boeddhanatuur, onbereikbaar voor de dood.

Ik geef u graag nog enkele citaten.

"Verreweg de meeste mensen wensen een snelle, pijnloze dood omdat zij niet weten wat zij moeten beginnen met de agonie als een natuurlijke voorbereiding op de eigenlijke beleving van de dood". Toch is die - relatief korte - spanne tijds van de doodsstrijd, juist in de leer van de Boeddha, van groot belang. Zie in dit verband het Tibetaanse Dodenboek (Uitg. Ankh-Hermes, Deventer) of het boek van Paul Arnold, Le livre des morts maya (Editions Robert Laffont, S.A.).

"De stervende ervaart dat een vredig sterven al het leed van een ongelukkig leven volledig te niet vermag te doen, terwijl een smartelijk of zelfs vertwijfeld sterven al het genoten geluk van de wereld tot een niets laat verschrompelen".

Wij weten niet wat zich in de mens tijdens het laatste stadium van de doodsstrijd afspeelt. Ook daarom zei de Boeddha: 'Oordeel niet voorbarig over de mensen' (Ang.-Nik. VI, 44 en X, 75).
Schopenhauer schreef "...Of gelooft u werkelijk, Robespierre, Bonaparte, de keizer van Marokko, dat de moordenaars die worden geradbraakt de enige slechten onder alle mensen zijn? Ziet u niet dat velen hetzelfde zouden doen, als zij de kans zouden krijgen. Menig misdadiger sterft rustiger op het schavot dan menig mens die geen misdadiger is in de armen van de zijnen. De ene heeft zijn wil leren kennen en die gewijzigd. De andere heeft zijn wil niet kunnen wijzigen omdat hij hem nooit heeft leren kennen".

Mocht u bang zijn om te sterven, dan geef ik u tot slot nog een citaat ter overweging. "Het 'nu' waarin wij miljoenen jaren geleden leefden, zag er bijna net zo uit als het nu van het huidige ogenblik". Er is dus voor ons, dus ook voor u, niets nieuws onder de zon! Inderdaad een waarheid als een koe, maar hebt u deze waarheid wel eens echt op u

laten inwerken, hebt u er ooit over gemediteerd?

In de bijdrage 'Philosophische Aspekte der Buddhalehre' van R. Brauch geeft de auteur enkele gedachten weer van een aantal filosofen van het avondland - zoals Plato, Kant, Fichte, Schopenhauer, Heidegger, Wittgenstein - die een treffende overeenkomst vertonen met de inzichten van de Boeddha.

Nr. 1 van de 40ste jaargang bevat het eerste deel van een anthologie, samengesteld door mevrouw Schoenwerth en handelende over 'Das Karma und die Frucht des Karma'. De bloemlezing bevat citaten uit de Pāli-canon en uit werken van boeddhistische en niet-boeddhistische schrijvers. Het grote voordeel van dergelijke bloemlezingen is gelegen in het feit dat een aantal op papier gezette gedachten van verschillende mensen bij elkaar staan; mensen die onderling in karakter vaak sterk verschillen en die, ieder voor zich, zijn opgegroeid in en beïnvloed door vaak geheel verschillende culturen, milieus en denkwerelden; daardoor wordt het onderwerp op vele manieren belicht.

Het begrip karma is voor de westerse mens die niet thuis is in de oosterse gedachtenwereld, soms moeilijk te begrijpen. Hij ziet in de werking van karma hetzelfde als een straf of een beloning in de geest van de christelijke leer. Of, en dat is nog erger, hetzelfde als oog om oog en tand om tand, dus als wraak uitgeoefend door god of een mens. Er is toch een wezenlijk verschil tussen de ervaring van de pijn door de draai om mijn oren die ik van mijn vader kreeg toen ik eens stout was, en die van de pijn toen ik, suffend en wel, met mijn hoofd tegen een muur opliep. Misschien is het wel zo dat de krachten die de werking van karma veroorzaken, alleen aanwezig zijn om de door onze daden verstoorde harmonie, het (kosmisch) evenwicht, te herstellen. En natuurlijk ook naar de andere kant: als wij meehelpen die harmonie in stand te houden door het verrichten van goede daden, dan zal dat heilzame gevolgen met zich meebrengen.

Aansluitend haal ik een uitspraak aan van Richard Wagner: "Reïncarnatie en karma vormen en prachtige, weergaloze wereldmythe, waarmee vergeleken elk ander dogma onbeduidend en bekrompen moet voorkomen".

In nr. 2 wordt de bloemlezing over karma voortgezet. Tevens hebben enkele medewerkers bijdragen geleverd ter ere van de 80ste verjaardag van Max Hoppe, de grote man van de Altbuddistische Gemeinde. Als u Hoppe zou kennen, dan zou u merken dat in die loven artikelen geen woord te veel staat.

Zen, nr. 28 en 29.
Stichting Theresiahoeve, Dominicanenstraat 24, 5453 JN Langenboom.

Het eerst genoemde nummer begint met een artikel van Genpō Merzel over Kanzeon Bodhisattva, de levende belichaming van mededogen. Ik geloof dat de belangrijkheid van het artikel voldoende wordt weergegeven door het citeren van een zin en een alinea. De zin luidt: "Wanneer je heel stil zit, zwijgend, zonder je aandacht op iets speciaals te richten en zonder moeite te doen om je te concentreren, maar heel rustig en oplettend, dan hoor je alles". De alinea die ik graag onder uw aandacht breng: "Wanneer je alleen maar zit, zonder te proberen iets bijzonders mee te maken, zonder oordeel van goed of slecht, terecht of verkeerd, en alleen maar ervaart hetgeen je ervaart, wat het ook mag zijn; alleen maar waarnemen, luisteren, zonder te veroordelen of je aan iets te hechten; dan zal je geest een stilte, een rust ontdekken die voortkomt uit 'moeite doen' of strijd". Einde citaat. Zou dit niet de ware stilte zijn, die wordt gevolgd door inzicht? En denkt u ook niet aan het betekenisvolle begrip woe wei? Willigis Jäger schrijft over beeldende en beeldloze spiritualiteit. Met het eerste bedoelt hij de vormen en de beelden die een religie nodig heeft om haar gedachten en ideeën over te brengen en om te kunnen blijven bestaan; onder de beeldloze spiritualiteit verstaat hij de mystiek. 'Zen en de dood' is de titel van een bijdrage van Nico Tydeman. Hij verwijst naar Ikkyu's aangrijpende pennevrucht Skeletten, die ook in dit nummer is opgenomen. Nr. 29 bevat o.m. een toespraak die Nico Tydeman hield bij de viering van het 12½-bestaan van de het meditatiecentrum Theresiahoeve. Ook is opgenomen een beschouwing over de eerste regel van de Hart-sutra. De tekeningen en bijbehorende teksten van de zenmeester Sengai zijn hartverwarmend; zij zijn het bekijken en lezen meer dan de moeite waard. Zou zich om uw lippen niet een begrijpende en nadenkende glimlach plooien als u onder de afbeelding van een vergenoegd kijkende kikker de volgende woorden leest:

> "Wanneer een mens een Boeddha wordt
> door alleen maar zazen te doen
> ....
> (dan zou ik als kikker al heel lang een Boeddha zijn)".

Degene voor wie het woord Eckehart alleen maar een paar klanken zou zijn, zou het artikel 'Meester Eckehart en de weg van zen' eens moeten lezen. Hij zal dan kennis maken met een dominicaner monnik en mysticus die rond 1300 leefde en die is aangeklaagd en veroordeeld wegens ketterij maar wiens preken en traktaten heden ten dage nog worden gelezen, ook door boeddhisten.



Steve Odin, Process Metaphysics and Hua-yen Buddhism. A Critical Study of Cumulative Penetration vs. Interpenetration. State University of New York, Albany, 1982. ISBN 0-87395-569-2 (pbk).

Nu eindelijk het grote Avatamsaka-sutra voor een belangrijk gedeelte is vertaald uit het Chinees in het Engels als de 'Flower Ornament Scripture' (Shambala, Boulder & London, 1984) - een volumineus werk, waarvan de eerste twee delen samen circa 1100 bladzijden tellen; het derde deel moet nog verschijnen - wordt het de moeite waard ook de secundaire literatuur rond dit werk te lezen. Men kan nu passages, waarnaar wordt verwezen, zelf in de oorspronkelijke tekst naslaan en zich een eigen oordeel vormen. Ook wordt het nu zinvol de filosofische inhoud van het sutra te vergelijken met Westerse gedachten om te zien waar verschillen en overeenkomsten liggen.

Steve Odin is een filosoof die zowel in het Westerse denken als in de gedachtenwereld van het boeddhisme goed is ingevoerd. Hij confronteert de lezer enerzijds met Heidegger, Merleau-Ponty, Husserl en Wittgenstein en anderzijds met Nāgārjuna, Guenther, Garma Chang en Fatsang, boeddhistische denkers uit heden en ver verleden. De belangrijkste filosoof evenwel, wiens opvattingen hij contrasteert met het genoemde sutra, is de Amerikaan Alfred North Whitehead (1861 - 1947), die zich uitvoerig met het christelijke godsbegrip heeft bezig gehouden en er een nieuwe interpretatie aan heeft gegeven. Het boek is dan ook zeer interessant voor de dialoog tussen christendom en boeddhisme. Whitehead denkt zo over de God der christenen dat er wellicht meer mogelijkheden tot wederzijds begrip en overeenstemming met de non-theïstische boeddhist bestaan dan mogelijk is in het gesprek met het orthodoxe christendom van Rome en Genève.

De schrijver heeft onder andere gestudeerd bij een bekend Hua-Yen meester, abt van een klooster in Californië. Het grondthema van zijn boek is een vergelijking van de indeeën van de Koreaanse priester Uisang (625-702), die de eerste patriarch van het Koreaanse Hua-Yen boeddhisme was, met opvatingen van Whitehead. Uisang heeft een dertigregelige dhāranī (mantrische hymne) geschapen, waarin men een condensatie en destillatie kan zien van de Hua-Yen leer. Daarnaast heeft hij er een commentaar van circa twintig bladzijden op geschreven, die in het boek als appendix is opgenomen. De dhāranī is in Chinese karakters weergegeven in de vorm van een mandala, die vanuit het centrum wordt gelezen, waartoe men na talloze meanders doorlopen te hebben terugkeert. Deze mandala werd gebruikt als een 'zegel' bij de transmissie van leraar op leerling. Vandaar de naam Oceaan-Zegel-Samadhi, die aangeeft dat men door de Hua-Yen leer te realiseren kan komen tot de

visionaire ervaring van zowel 'li-shih-wu-ai' (door niets gehinderde doordringing van het universele en het bijzondere) als van 'shih-shih-wu-ai' (door niets gehinderde doordringing van het bijzondere door het bijzondere). Door deze 'mysteries' zien Boeddha's (en iedereen die goed mediteert!) alle dharma's uit heden, verleden en toekomst zonder enige belemmering; zij reizen naar alle Boeddhalanden, even talrijk als stofdeeltjes in het Heelal; zij verrichten ongekende wonderen en stralen golven van onmetelijk mededogen en medevreugde uit naar alle levende wezens; zij laten lotusbloemen regenen in alle Zuivere Landen. In de bloemrijke taal van het Mahāyāna wordt hier onder woorden gebracht de ervaring van de eenheid van al het Zijnde: het ene in alles en het vele in het ene; onberekenbaar lange tijdperken zijn gelijk aan een enkel gedachte-moment; ieder afzonderlijk object wordt volledig zonder onderscheid doordrongen door het universele principe; samsāra en nirvāna zijn vanaf den beginne met elkander in harmonie. Maar toch zijn deze elkaar doordringende en wederzijds identieke werelden niet met elkaar onderscheidsloos vermengd, maar zij functioneren apart. Wie deze mystieke ervaring in de meditatie realiseert, valt onmiddellijke Verlichting ten deel en keert daarmee terug naar de Oorspronkelijke Wereld, die 'Boeddha' wordt genoemd.

In deel II van het boek bespreekt de schrijver de kritiek die vanuit het denken van Whitehead mogelijk is op de Hua-Yen leer. De Amerikaanse filosoof heeft in vele opzichten opvattingen die identiek zijn aan deze boeddhistische leer. Zo stelt hij dat ieder wezen en ding in de microkosmos herhaalt wat het universum macrokosmisch meemaakt. Iedere wezenheid doordringt de hele wereld. Niet twee 'actualiteiten' kunnen uit elkaar worden getrokken: elk is alle in alle. In zekere zin is ook alles overal te allen tijde. Hoewel er dus ook bij Whitehead sprake is van een universele relativiteit (een verbonden zijn van alles met alles), is er ook een verschil aan te geven met Hua-Yen. Whitehead verkondigt namelijk een niet-symmetrische ofwel eenrichtingsrelativiteit in tegenstelling tot de symmetrische relativiteit van Hua-Yen. Dit houdt in dat bij hem 'ontstaan door oorzakelijkheid' altijd betekent: van het verleden naar het heden; terwijl in Hua-Yen oorzakelijkheid in alle richtingen werkt: simultaan van verleden, heden en toekomst in alle richtingen. De toekomst bepaalt dus bij Hua-Yen ook het verleden, het heden het verleden etc. Beide theorieën stellen, dat iedere gebeurtenis bipolair is: het ene en het vele, subject en object, binnen en buiten, lichaam en geest zijn alle samengevat in een niet-duale vereniging van tegendelen. Maar volgens Whitehead wordt dit kosmisch samenhangen der gebeurtenissen verkregen door een *creatieve* synthese ofwel een samengaan van voorafgaande gebeurtenissen culminerend in een *nieuwe* eenheid in de actualiteit (dat wil zeggen: dharma). Whitehead noemt dit een cumulatieve penetratie

van veelheid-tot-eenheid of van object-tot-subject in tegenstelling tot de volledige interpenetratie in Hua-Yen. Daarmee gaat Whitehead ook niet zo ver als Hua-Yen (en het boeddhisme in het algemeen) in het opgeven van alle begrip van substantialiteit. Voor hem is een gebeurtenis uniek en niet-herleidbaar voor zover zij een 'zelfscheppende ervaring' is, die haar eigen nieuwe eenheid vormt. Zij is echter vrij van substantialisatie in bepaalde beperkende betekenissen van de term, zoals localisatie, onafhankelijk bestaan en statische permanentie.

In het derde deel behandelt Odin Whiteheads godsbegrip in vergelijking met de Mahāyānanotie van 'ālayavijnāna'. Deze laatste term is te vertalen met 'opslagbewustzijn'. Door velen wordt het geïdentificeerd met psychisch geërfde archaïsche sporen ofwel voor-ouderlijke herinneringen. De archetypen bepalen de actuele ervaring, omdat zij gepreformeerde organisatiepatronen zijn, waardoor de geest zijn inhouden ordent. God wordt door Jung gezien in termen van het collectief onbewuste. God is daardoor niet een eigen transcendent wezen, maar de diepte-dimensie van onze eigen psyche en onze hoogste potentialiteit. Ook de protestantse theoloog Paul Tillich dacht zo over God.

De God van Whitehead is een bipolair wezen, dat twee naturen heeft: de eerste natuur correspondeert met het onbewuste vermogen tot archetypische imaginatie, die zich uitdrukt in dromen, visioenen en spontane fantasiën; de tweede natuur van God correspondeert met het onbewuste vermogen tot herinnering: de psychische sporen van het verleden worden door hem opgeslagen, precies zoals vele boeddhisten zich voorstellen dat karmische ''zaden'' (Sanskriet: bījs) zich in het ''opslagbewustzijn'' bevinden. Odin vertaalt hiermee een opvatting van Whitehead in Jungiaanse en boeddhistische zin.

Tenslotte geeft de schrijver een boeiende verhandeling over de betekenis van Whitehead en Jung voor het Tantrisch boeddhisme. De visionaire ervaring van de Hua-Yen adept staat in nauwe relatie tot de tantrische visualisatie van mandalas en godheden. In Jungiaanse zin moeten we hier spreken van een afdaling tijdens meditatie in het collectief onbewuste, waar we archetypische beelden (Boeddha's) ontmoeten, die corresponderen met de eerste natuur van Whiteheads God. Het is het niveau van het Sambhoga-kāya in de Trikāya-leer van de Yogacāra. Hier opent de schrijver een interessant terrein van discussie tussen christenen en boeddhisten.

Odins boek biedt geen gemakkelijke lectuur. Vooral het deel over de metafysica van Whitehead is moeilijk en droog. Hoewel het boek is geschreven vanuit een Whiteheadiaans standpunt, kan uw recensent zich niet onttrekken aan de grote levendigheid die tevoorschijn straalt uit de behandeling van de Hua-Yen leer en de Jungiaanse psychologie. Men voelt dat hier een levende ervaring als basis dient, terwijl de procestheorie van Whitehead een bloedeloze metafysische theorie blijft die men

vanuit het boeddhisme of de christelijke ervaring met levende geest kan vullen.

Padmavajra

Jan Karel Hylkema, Kosmos, kennis en samenhang. Bres, Amsterdam 1986, f. 29,90. ISBN 90-6229-017-5.

De mens die is opgegroeid in een westers cultuurpatroon en vervolgens in aanraking komt met het boeddhisme kan zich zozeer bekeerd voelen dat hij tracht zijn verleden radicaal de rug toe te keren.

Een harmonischer, creatiever en vruchtbaarder reactie op de aanraking met het boeddhisme is echter te proberen tot een persoonlijke verwerving van de nieuwe inzichten te komen, waarbij het feit van door een westers denken en doen gestempeld verleden niet wordt genegeerd of verdrongen, maar wordt aanvaard: de dingen zien zoals ze zijn.

Een zeer persoonlijke verantwoording van een tocht van enkele decennia langs een aantal wijsgerige en godsdienstige systemen, uitmondend in een ontmoeting met het boeddhisme, wordt gegeven in *Kosmos, kennis en samenhang* door Jan Karel Hylkema.

Op zijn tocht werd de schrijver gedreven door het verlangen een antwoord te vinden op de vraag naar de zin van het menselijk bestaan, anders gezegd de plaats van de mens in de kosmos.
Uiteindelijk bleek hem "dat de diepste mystieke inzichten, de ontdekkingen van de westerse wetenschap, in al haar facetten van exacte wetenschappen aan de ene kant en de geesteswetenschappen aan de andere kant, en de waarnemingen van paranormaal begaafden allemaal hetzelfde grondpatroon vertonen", doordat alle verschijnselen onderhevig zijn aan dezelfde invloeden en in alle verschijnselen die invloeden zijn te herkennen.

Eerst beschrijft de auteur enkele systemen die worden gebruikt om inzicht te krijgen in toekomstige ontwikkelingen: de I Tjing, Oud-europese runen, astrologie en Tarot, en enkele inwijdingssystemen die bedoelen de mens bewust te maken van zijn plaats in de kosmos: het Hebreeuwse alfabet, de Kabbalah en yoga. In de aansluitende analyse komt hij tot een ''kosmisch model'' van 21 manifestatieniveaus van entiteiten, waarbij onder een entiteit een combinatie van bewustzijn en wilsenergie wordt verstaan. Het doel van de schepping ziet de schrijver in het tot ontwikkeling brengen van alle entiteiten tot "de hoogste, nog enigszins individuele bewustzijnsstaat, die met Geest is aangeduid"; daarna keert alles terug tot zijn oorsprong waarin geen individualiteit bestaat.

De inzichten die de Boeddha ruim 2500 jaar geleden verwierf, zijn geheel in overeenstemming met het geschetste kosmische model, aldus de schrijver. Hij licht dit toe aan de hand van een Tibetaanse mandala, een kosmogram (waarbij in de beschrijving overigens de wereld van de

mensen is verwisseld met die van de 'jaloerse goden'), alsmede een - zeer globale - weergave van de keten van ontstaan in afhankelijkheid, paticcasamuppāda. Aan een diepgaande behandeling van de relatie tussen de resultaten van zijn langdurige ontdekkingsreis en de leer van de Boeddha heeft de schrijver zich niet gewaagd.

Het boek besluit heel praktisch met een beschouwing over de toepassing van de verkregen inzichten op een aantal terreinen van het leven van alledag: ouders en kinderen, ziek zijn en sterven, macht en machtsuitoefening, ondernemen en leiderschap, wetenschap en religie. (Het terrein van de kunsten blijft onbesproken).

Als een oprecht en persoonlijk getuigenis, helder geschreven, van een zelfstandig denkend mens van deze tijd is *Kosmos, kennis en samenhang* een stimulerend boek.

IdB.



KONCENTRATIE EN MEDEDOGEN: DALAI LAMA IN NEDERLAND

Een jaar geleden bezocht de Dalai Lama Nederland. Hij hield toespraken in verscheidene steden en gaf onderricht in het Tibetaanse boeddhisme in de Dominicuskerk te Amsterdam. Een samenvatting van de toespraken en lessen is in Nederlandse vertaling verschenen bij uitgeverij Karnak, in samenwerking met de stichting Ontmoeting met Tibetaanse Cultuur.

De titel van het boek luidt: Koncentratie en mededogen. Het bevat hoofdstukken over individuele verantwoordelijkheid, reïnkarnatie, karma, de toekomst van religie, en koncentratie en mededogen. Tevens is in het boek een gedeelte uit het televisie-interview met de Dalai Lama door Adriaan van Dis opgenomen. De prijs bedraagt f.17,50. Donateurs van de stichting Ontmoeting met Tibetaanse Cultuur krijgen f. 5,-- korting.

De stichting tracht door voorlichtende, educatieve en andere activiteiten het inzicht en het begrip inzake de cultuur van Tibet en omringende gebieden, het "Dak van de wereld", te bevorderen. Voorts wordt ernaar gestreefd de bewustwording te vergroten van die aspecten van de Tibetaanse cultuur en religie die ook voor de hedendaagse Nederlandse samenleving van waarde blijken te zijn.

Het secretariaat van de stichting Ontmoeting met Tibetaanse Cultuur is gevestigd: De Beaufortlaan 12, 3768 MJ Soest, tel. 02155-16841.



CHOGYAM TRUNGPA, RINPOCHE
PIONIER VAN DE DHARMA
IN AMERIKA EN EUROPA

Met Chögyam Trungpa, Rinpoche is de belangrijkste pionier van de integratie van het Tibetaanse boeddhisme in de westerse cultuur heengegaan. Hij overleed op 5 april jl. Zijn crematie op 26 jl. volgens de Tibetaanse rituelen in Karma-Chöling in Barnet (Vermont), Verenigde Staten, was een unieke gebeurtenis. Voor het eerst in de geschiedenis van het boeddhisme werd de houder van een Tibetaanse traditie gecremeerd in een westers land.

Als houder van de Kagyü-traditie droeg hij de spirituele titel Vajracarya, als houder van de Nyingma-traditie de titel Vidyadhara, en als Dorje Dradul was hij bovendien houder van de wereldlijke traditie van Shambhala. Hij was de stichter van de Vajradhuta als overkoepende organisatie van de talrijke meditatiecentra die onder de naam Dharmadhatu in Amerika en Europa zijn opgericht, waaronder een in Amsterdam. Ook was hij de grondlegger van de boeddhistische universiteit in Boulder (Colorado), V.S., die bekend is onder naam Naropa Institute.

Chögyam werd in februari 1939 geboren in een boerenfamilie in het Tibetaanse dorpje Geje. Hij werd na een visioen van de Gyalwa Karmapa, het hoofd van de Kagyü-traditie, herkend als de elfde Trungpa Tulku, de reïncarnatie van de tiende Trungpa Tulku die een jaar tevoren was gestorven. Op zijn vijfde jaar begon zijn opleiding en toen hij veertien was, werd hij uitgekozen om ook als houder van de Nyingma-traditie op te treden. (Het Tibetaanse boeddhisme telt vier belangrijke tradities of scholen: Kagyü, Sakya, Nyingma en Gelug; van de laatstgenoemde school is de Dalai Lama het hoofd).

Na de Chinese inval in Tibet ontsnapte Trungpa naar India, zoals beschreven in zijn autobiografie "Born in Tibet".
Vier jaar later kreeg hij een beurs voor de universiteit van Oxford in Engeland, waar hij vergelijkende godsdienstwetenschappen en filisofie ging studeren. In 1966 stichtte hij samen met een andere lama, Akong Tulku, het Samyê-Ling Meditatiecentrum in Schotland, het eerste Tibetaanse boeddhistische centrum in het Westen.

Tijdens een bezoek aan Bhutan in 1968 kreeg Trungpa een visioen waarin hem duidelijk werd dat het zijn taak was het "geestelijke materialisme" - spiritualiteit juist ter versterking van het egocentrisme - in het Westen te bestrijden om ruimte te maken voor echte geestelijke ontwikkeling. Een ernstig auto-ongeluk, waardoor hij aan de linkerkant gedeeltelijk verlamd raakte, betekende een keerpunt in zijn leven. Hij kwam tot het inzicht dat zijn monnik-zijn een belemmering was om de taak te vervullen die hem in het visioen voor ogen was gesteld. Trungpa maakte zich los van zijn geloften als monnik, trouwde en vestigde zich in 1970 in Amerika.

Zijn grote activiteit bij de verspreiding van de dharma is hierboven al vermeld. De autoriteiten van het Tibetaanse boeddhisme erkenden al snel zijn enorme verdiensten en verleenden hem de eerder genoemde titels. Zij bevestigden daarmee dat Chögyam Trungpa, Rinpoche een leraar was die neit alleen het volledige inzicht van de Boeddha belichaamde, maar ook in staat was dat inzicht volledig over te dragen.

Als zijn opvolger in de Kagyü-traditie werd al in 1977 Ösel Tendzin erkend, geboren als Thomas Rich. Hij is de eerste westerling die houder van deze traditie in het Tibetaanse boeddhisme is. Deze benoeming symboliseert de universaliteit van het boeddhisme, die in het werk en leven van Chögyam Trungpa, Rinpoche op voortreffelijke wijze tot uitdrukking werd gebracht.

IdB.



Chögyam Trunpa, Rinpoche

LENTEBIJEENKOMST SVB: DR. K.H. GOTTMANN OVER BETEKENIS VAN VAJRAYANA VOOR DEZE TIJD

De lentebijeenkomst van de stichting Vrienden van het Boeddhisme werd op 25 april jl. - inderdaad een fraaie lentedag - gehouden in het vormingscentrum Kasteel Oud-Poelgeest in Oegstgeest.

Voor deze plaats was gekozen omdat het aanvankelijk onzeker was of de vaste plaats van samenkomst, het meditatiecentrum de Kosmos in Amsterdam, in het voorjaar nog open zou zijn. Het voortbestaan van de Kosmos was op losse schroeven komen te staan doordat de gemeente Amsterdam de subsidie heeft ingetrokken. Intussen gloort er licht aan de horizon. Door een gewijzigd beleid bij het centrum zijn de vooruitzichten nu gunstiger dan een half jaar geleden.

Het hoofd van de orde Ārya Maitreya Mandala, Ācārya dr. K.H. Gottmann, hield op de lentebijeenkomst een levendige voordracht over de vraag of het Vajrayana, de laatste fase in de ontwikkeling van het boeddhisme op Indische bodem, geschikt is voor de hedendaagse westerse mens.

Lama Govinda, de grondlegger van de Arya Maitreya Mandela in het Westen, heeft gezegd dat in het Vajrayana de dynamiek van het boeddhisme sterk tot uiting komt, aldus Gottmann. Juist die dynamiek past bij deze tijd.

Iedere religie wordt na enige tijd 'gedogmatiseerd'. De mens wil immers vastigheid. Maar omdat het verlangen naar vaste oriëntatiepunten voortdurend verandert, blijven mensen steeds op zoek naar nieuwe vaste punten. Dat is anicca, de veranderlijkheid, als oorzaak van dukkha, lijden. Vermoedelijk om daaraan te ontsnappen, groeide al vroeg de neiging om het boeddhisme in vaste vormen te gieten.

In het begin was de boeddhistische gemeenschap, de sangha, samengesteld uit vier groepen: mannelijke en vrouwelijke leken, monniken en nonnen. Het verwerkelijken van de leer was geen privilege van de monniken. Maar enkele eeuwen later hadden de monniken zich volledig gescheiden van de leken. Als reactie hierop ontstond het Mahayana, waarin de monniken niet meer centraal stonden. Het ideaal was niet meer de arahat, geen boeddhisme dat alleen in het isolememt is te verwezenlijken, maar het bodhisattva-ideaal; ieder mens kan de weg van de Boeddha gaan met het oog gericht op het heil van anderen. Zo moet het Mahayana worden begrepen, aldus dr. Gottmann.

Ook het Mahayana werd echter al spoedig 'gedogmatiseerd'. Men ging zich vastleggen op oude boeddhistische methoden, bijvoorbeeld mantra's, letterlijk werktuigen van de geest. Daarbij wordt uitgegaan van een symbool dat in ons een beeld oproept dat woorden te boven gaat. Zo werd geprobeerd te vermijden dat het bewustwordingsproces te abstract zou worden en daardoor niet meer begrijpbaar. Het doel is de

beoefenaren terug te brengen in de onmiddellijke ervaringsbeleving. De aandacht voor het heden is dan ook de basis van het Vajrayana.

Tevens is essentieel dat door zich te richten op de ander het eigen ik wordt losgelaten. Het gaat dan niet om de uiterlijke vormen, maar om de geestesgesteldheid waarmee wordt gehandeld. "Als u niet in de juiste geest leeft'', aldus Gottmann, ''dan is alles zinloos: het lezen van de heilige schriften, het verrichten van goede werken''.

Hij wees op twee stromingen in het Vajrayana. De ene stroming vertrouwt op suggestief handelen. Als iemand voortdurend zichzelf voorhoudt: in mij is boeddha-natuur, dan gaat hij het geleidelijk geloven. Maar als zo iemand in een andere omgeving terecht komt, kan het misgaan. Dat is gebeurt met een aantal lama's uit Tibet die uit hun milieu werden losgerukt. Zij werden in het westen door indrukken overspoeld (radio, tv enz.) en gingen daarin onder. De suggestieve richting verwacht ook heil van de eindeloze herhaling van gebeden. Maar dit is eveneens nutteloos: zo lang het boeddhaschap niet is gerealiseerd in het bewustzijn, hebben wij het niet werkelijk verwezenlijkt.

De tweede stroming blijft in de realiteit. De wereld kan ik niet veranderen, zo is de centrale gedachte, maar wat ik wel kan veranderen, is mijn houding ten opzichte van de wereld. Dit is naar het oordeel van dr. Gottmann het Vajrayana voor deze tijd.

Hij onderstreepte het belang van de emoties. Als wij een beeld oproepen, proberen we het intellectueel te begrijpen. Maar zo lang wij het niet emotioneel hebben verwerkt, wordt ons leven er niet door veranderd. Het bodhisattva-schap heeft een emotionele basis. In het zicht van het lijden van mensen moet spontaan het gevoel openbreken: "Ik moet alle mensen helpen''. Welk nut heeft het als ik van alles weet - intellectueel -, maar de kennis niet ten nutte van anderen gebruik?

Het Vajrayana gaat uit van de noodzaak voor mensen om zich te oriënteren op beelden. Die beelden zijn op zichzelf leeg. Wij moeten ze zelf inhoud geven, de voorbeelden geven slechts een richting aan. De invulling moet voor ieder mens anders zijn, want mensen verschillen van elkaar. Daarbij dreigt het gevaar dat wij onszelf suggereren wat de beelden aanduiden. Een zenmeester zei over zulke valse suggesties eens dat veel mensen naar verlichting stinken: zij beleven slechts een suggestie, een projectie, geen werkelijkheid.

Om dit gevaar af te wenden, is een goede leraar noodzakelijk. ''Een goede leraar wil zeggen: een leraar wiens weg overeenkomt met die van de leerling, zodat zij de weg gezamenlijk kunnen gaan'', aldus dr. Gottmann. Nodig is dan een liefdevolle relatie tussen leraar (goeroe) en leerling (chela), zonder dat zij zich aan elkaar hechten. De mens is op dialoog ingesteld, en door op een goede manier met elkaar om te gaan, groeien beiden op de weg naar het boeddhaschap.

De voordracht van Acarya Gottmann werd gevolgd door een interes-

sante gedachtenwisseling, in het bijzonder over de functie van de leraar.

Na de lunch gaf de kunsthistoricus drs. H. Kreijger een duidelijke schets van de ontwikkeling van de boeddhistische kunst in China van de oudste vondst (circa 160 n. Chr.) af.

• • •

HERFSTBIJEENKOMST IN DE KOSMOS

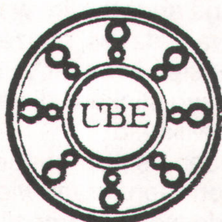
De herfstbijeenkomst van Stichting Vrienden van het Boeddhisme wordt gehouden op zaterdag 17 oktober a.s. in het meditatiecentrum de Kosmos, Prins Hendrikkade 142, Amsterdam, op loopafstand van het Centraal Station. Op het voorlopige programma staat onder meer een voordracht over de rol van het boeddhisme in Nepal.

• • •

EUROBOEDDHISTEN BIJEEN IN NEDERLAND

De plenaire zitting van de Boeddhistische Unie van Europa zal dit jaar plaatsvinden in Nederland. De vergaderingen worden van 3 t/m 6 september gehouden in het Theosofisch Centrum te Naarden, dat over goede vergaderfaciliteiten beschikt.

Op zaterdag 5 september biedt de Stichting Vrienden van het Boeddhisme de deelnemers een receptie aan die in het gebouw van de Dharmadhuta in Amsterdam. Nederlandse boeddhisten zijn daar welkom.



Studie-weekend "Hoe verder?"

Tijdens Pinksteren, 6-8 juni, werdt op de Tiltenberg in Vogelenzang een studie-weekeinde gehouden onder auspiciën van stichting Vrienden van het Boeddhisme. Het initiatief voor de bijeenkomst is genomen door vroegere deelnemers aan de cursussen van het Boeddhistisch Leerhuis in Amsterdam.

Onder het motto "Hoe verder met het boeddhisma?" werd een algemene oriëntatie geboden op de vele moeilijkheden die in ons land voorhanden zijn om individueel of in groepsverband de vertrouwdheid met het boeddhisme te vergroten, vooral in praktische zin.

Tijdens het weekeinde werden er lezingen gehouden waarin de betekenis van een keuze voor het boeddhisme van verschillende gezichtspunten uit werd belicht, alsmede lezingen over enkele basisgedachten van het boeddhisme. Voorts verzorgden vertegenwoordigers van de in ons land aanwezige hoofdstromingen in het boeddhisme, namelijk Theravada, Tibetaans en Zen-boeddhisme, presentaties. Prof. dr. L. Smits sprak over "De christelijke waardering voor het boeddhisme".

Inlichtingen: de Tiltenberg, Zilkerduinweg 375, 2114 AM Vogelenzang, tel. 02520-17044.

FWBO

De "Friends of the Western Buddhist Order Nederland" hield een meditatie-retraite van 27-31 mei in Rhenen (Achterberg), Snijdersteeg 6. De retraite werd geleid door een Nederlands ordelid. Behalve meditatie waren er communicatie-oefeningen, werkperioden, puja's (een eenvoudig ritueel) en perioden van rust en stilte.

Inlichtingen: Blois van Treslongstraat 5 bis A. 3554 BH Utrecht, tel. 030-420988.

Dharmadhatu

De tienjarige Dharmadhatu in Amsterdam, studie- en meditatiecentrum in de traditie van Chögyam Trungpa, heeft een uitgebreide serie regelmatige activiteiten.

Zo worden er op avonden van volle en nieuwe maan bijeenkomsten gehouden waarbij de Sadhana van Mahamudra centraal staat. "De beoefening zal behulpzaam zijn de huidige ontaarde staat van levensbeschouwing en meditatiebeoefening te zuiveren, en zal helpen vrede te stichten in de strijd welke door het materialisme is aangegaan, aldus een toelichting. Zulke bijeenkomsten worden o.m. gehouden op 11 juni en 26 juni, steeds om 18.00 uur. Op 21 juni zal de Midzomerdag worden gevierd.

Inlichtingen: Dharmadhatu, 1e Jacob van Campenstraat 4, 1072 BE Amsterdam, tel. 020-794753.

NBSC

Het Nederlands Boeddhistisch Studiecentrum in De Kosmos te Amsterdam geeft elke maandag- en woensdagavond de mogelijkheid tot beoefening van zazen onder leiding van Nico Tydeman.

Elke tweede zondag van de maand wordt van 11.00 tot 16.00 uur de praktijk van "a day of mindfulness" beoefend, naar een idee van de Vietnamese zen-leraar Thich Nhat Hanh.

Inlichtingen: NBSC, de Kosmos, Prins Hendrikkade 142, 1011 AT Amsterdam, tel. 020-267477, of bij Nico Tydeman, tel. 020-947835.

Boeddhistisch Leerhuis

Om organisatorische redenen is het Boeddhistisch Leerhuis, dat sinds enkele jaren met veel succes inleidende cursussen over het boeddhimse verzorgt, ondergebracht in een nieuwe stichting, Nederlands Boeddhistisch Studiecentrum. Het studiecentrum is nauw verbonden met de stichting Vrienden van het Boeddhisme, onder wier auspiciën het Leerhuis is opgezet.

Het Boeddhistisch Leerhuis geeft in mei en juni een cursus over zenboeddhisme. "Naast een praktische inleiding in de beoefening van zazen geeft de cursus informatie over het ontstaan en de ontwikkeling van zen in China en Japan. Aan de orde komen: de eerste zen-(ch'an)meesters (van Bodhidharma tot Hui-neng), de Rinzai-school (koan-studie) en Sotoschool (shikan taza), Dogen en Hakuin. Verder aandacht voor zen en de schone kunsten (o.a. de tempels, de tuinen, literatuur), voor zentraining en ten slotte voor zen in het Westen", schrijft de docent, Nico Tydeman, in een toelichting.

De cursus wordt, zoals gebruikelijk bij het Leerhuis, gegeven op zaterdagen in de Kosmos te Amsterdam. Inlichtingen: zie boven onder NBSC.

De Tiltenberg

Van 21-30 augustus leidt Ama Arokia-Samy Gen-un-ken Sensei (kortweg Ama-Samy) sesshin op de Tiltenberg in Vogelenzang. Ter voorbereiding van deze intensieve zen-training werd een weekeinde gehouden van 12-14 juni, gecoördineerd door Mimi Maréchal. Voorts wordt op zaterdag 20 juni een zen-werkdag gehouden onder leiding van Mineke van Sloten.

Ama-Samy is geboren in Birma en opgegroeid in India. Hij werd Jezuïet en priester, kwam via Enomiya-Lasalle in aanraking met zen en werd leerling van Yamada Kōun Rōshi te Kamakura, Japan, die hem in 1982 als zen-leraar erkende. Hij woont in Madras, maar komt eenmaal per jaar naar Europa om zen-leerlingen te begeleiden.

In november komt Prabhaśadharma Gesshin Myōko Rōshi naar de Tiltenberg en in december Dennis Genpō Merzel Sensei.

Inlichtingen: de Tiltenberg, tel. 02550-17044 (Mimi Maréchal).

Theresiahoeve

De Kanzeon Sangha onder leiding van Genpō Sensei houdt een drieweekse meditatie-bijeenkomst in de Theresiahoeve te Langenboom (N.Br.) van 8-30 augustus.

Van 25 september tot 1 oktober houdt Thich Nhat Hanh ''Zen lectures in mindfulness''. Hij spreekt in het Vietnamees, met Engelse vertaling.

Iedere eerste zaterdag van de maand is er, zoals gewoonlijk, een zitwerkdag op de Theresiahoeve. Wie op andere tijden gebruik wil maken van deze ''zen-oefenplek'' kan contact opnemen met de Theresiahoeve, Dominicanenstraat 24, 5453 JN Langenboom, te. 08863-1277.

Hōgen Rōshi

De zen-meester Daidō Hōgen Rōshi, zal voor het zevende achtereenvolgende jaar sesshin leiden in ons land, namelijk de Twente-sesshin, van 21 t/m 28 juli, en de Theresiahoeve-sesshin, van 29 juli t/m 5 augustus.

Hōgen Rōshi spreekt goed Engels. Hij heeft zowel een Rinzai- als een Sōtō-training gehad en is lange tijd een rondzwervende monnik geweest.

Inlichtingen: Erik André de la Porte, Enschede, tel. 053-305672, Gerard Goosen, Rotterdam, tel. 010-660213, Jan van Bosheide, Langenboom, tel. 08863-1277.

Maitreya Instituut

Zijne Eminentie Ganden Tri Rinpochee geeft van 17 t/m 21 juni een initiatie in de Goeroe Yoga van Lama Tsong Khapa. Hij zal een aantal methoden van spirituele genezing uitleggen. ''Met deze Goeroe Yoga wordt energie doorgegeven, waardoor gewone mensen krachte kunnen ontvangen om zichzelf te ontwikkelen, anderen te helpen en medicijnen te bekrachtigen''.

Van 26 t/m 28 juni geeft hij een uitleg van de Yamantaka Initiatie. Aan het nemen van de inititatie en het volgen van de lessen zijn enkele verplichtingen verbonden, waaronder het houden van een tweeweekse retraite binnen één of twee jaar.

Ganden Tri Rinpochee houdt verder drie lezingen elders in het land: op 23 juni in De Stroom te Tilburg (Theologische Faculteit) over Bodhicitta, op 24 juni in de Lotus te Scheveningen over Tantra, en op 25 juni in de Kosmos te Amsterdam over Life and teachings of Lama Tsong Khapa.

De elfde zomercursus van het Maitreya Instituut wordt gehouden van 6 t/m 19 juli onder leiding van Geshe Konchog Lhundup. Hij zal alle basisbegrippen van het boeddhisme bespreken en meditaties behandelen die gericht zijn op het bereiken van een goede wedergeboorte, blijvende bevrijding van alle frustratie en lijden, en het hoogste niveau van

evolutie om alle wezens daadwerkelijk te helpen.

De cursus is geschikt voor beginners en gevorderden. Inlichtingen: Maitreya Instituut, Raadhuisdijk 9, 6627 AC Maasbommel, tel. 09976-2188.

Zen-introductie

Een weekend voor beginners in zenmeditatie wordt van 11 t/m 13 september gehouden in de Theresiahoeve, Langenboom.
Tijdens deze retraite worden niet alleen instructies in zenmeditatie gegeven, maar ook aanwijzingen voor de toepassing ervan in elk aspect van het dagelijks leven. Speciale aandacht wordt geschonken aan de innerlijke beleving van het Soto-zen.

Inlichtingen: OBC, Zassenkamp 3, 6721 AK Bennekom,
tel. 08389-14593 of 050-423907.



REGIONALE KRINGEN VAN DE VRIENDEN VAN HET BOEDDHISME

Van tijd tot tijd bereiken bestuursleden van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme vragen over de mogelijkheid om een regionale kring van belangstellenden in het boeddhisme te vormen. Veelal gaat het om mensen die zich (nog) niet tot een bepaalde traditie of meditatie-methode willen beperken. Men voelt de behoefte tot gedachtenwisseling over aspecten van het boeddhisme of tot gezamenlijke bestudering van teksten.

De secretaris van de SVB. de heer W.J. Roscam Abbing, is bereid in zulke gevallen te bemiddelen om belangstellenden uit een regio tot elkaar te brengen. Wie hierin is geïnteresseerd, wordt verzocht hem schriftelijk te laten weten in welke richting de gedachten gaan.

Zijn adres is: Eperweg 49-18, 8072 DA Nunspeet.





De Boeddha-figuur op het omslag van Saddharma stelt Amida voor, de Boeddha van het Oneindige licht, gezeten in de handhouding van meditatie. Het achttiende-eeuwse Japanse beeld bevindt zich in het Rijksmuseum voor Volkenkunde te Leiden. Fotografie: Else Madelon Hooykaas.

